Эдуард Алькаев

ЭКЗОТИЧЕСКАЯ КУХНЯ

Разнообразные меню для будней и праздников

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Автор книги, известный кулинар Э.Н. Алькаев, предлагает рецепты приготовления многих экзотических блюд. Вы узнаете, как с помощью всевозможных специй, приправ, душистых добавок придать пикантность и необычный вкус привычным продуктам. Научитесь сочетать, казалось бы, несовместимые продукты, найдете практические советы и рекомендации.

Попробуйте использовать рецепты знаменитого кулинара, и вам скажут большое спасибо и ваши родные, и ваши гости!

- Эдуард Николаевич Алькаев
  - Введение
  - САЛАТЫ И ЗАКУСКИ
    - Салат из редьки с луком (японская кухня)
    - Тушеная редька (корейская кухня)
    - Острый салат из редьки (корейская кухня)
    - Салат из маринованной петрушки (корейская кухня)
    - Салат из сельдерея (китайская кухня)
    - Салат из спаржи
    - Салат «Чикаго» (американская кухня)
    - Салат по-аргентински (аргентинская кухня)
    - Салат «Индийский» (индийская кухня)
    - Салат из папоротника
    - Салат из ветчины с бананами (африканская кухня)
    - Салат «Порт-Саид» (египетская кухня)
    - Салат «Нефертити»
    - Коктейль из шампиньонов (мексиканская кухня)
    - Пестрый салат (бельгийская кухня)
    - Салат из огурцов по-фламандски (голландская кухня)
    - Салат из белой фасоли
    - Фасоль с орехами
    - Льежский салат из зеленой фасоли (бельгийская кухня)
    - Салат из зеленой фасоли (тайская кухня)
    - Салат «Итальянский»
    - Салат-заливное по-мексикански
    - Салат из зеленой фасоли с макаронными рожками (мексиканская кухня)
    - Салат «Гватемала» (гватемальская кухня)

- Салат разноцветный
- Салат «Египетский»
- Салат «Тоска» (итальянская кухня)
- Салат из курицы с карри (мексиканская кухня)
- Салат из курицы с ананасами
- Коктейль «Шанхай»
- Салат с курицей и сыром
- Салат «Сила»
- Салат с курицей и зеленым горошком
- Курица с виноградом
- Салат из цыпленка с ананасом
- Салат из курицы с огурцом (мексиканскя кухня)
- Холодная закуска из огурцов и куриного мяса (корейская кухня)
- Салат по-мексикански
- Салат-коктейль мясной по-мексикански
- Салат из индейки с яблоками (мексиканская кухня)
- Салат «Фигаро» (итальянская кухня)
- Салат из бараньих языков (корейская кухня)
- Холодная закуска из говяжьего языка (корейская кухня)
- Салат из свиного языка
- Салат «Нарын» (киргизская кухня)
- Салат из баранины по-мексикански
- Салат «Каприз»
- Салат из риса (японская кухня)
- Салат «Шанхай» (китайская кухня)
- Салат из моркови со свининой (корейская кухня)
- Салат из свиных почек (японская кухня)
- Японский рисовый салат
- Холодная закуска из говядины (корейская кухня)
- Салат-заливное мясной (мексиканская кухня)
- Салат «Молдова» (молдавская кухня)
- Салат острова Барба (французская кухня)
- Салат «Изумительный»
- Африканский салат
- Салат-заливное из ветчины (мексиканская кухня)
- Салат с ветчиной и макаронами
- Салат из трех видов капусты по-корейски
- Салат с квашеной капустой и фруктами
- Салат из зимних овощей (югославская кухня)
- Салат из хрустящей капусты с копченой пикшей

(корейская кухня)
- Салат из свежей капусты
- Салат из поджаренной капусты (корейская кухня)
- Салат ассорти с трепангами
- Салат овощной с трепангами
- Салат рисовый с трепангами
- Огурцы, фаршированные трепангами
- Помидоры, фаршированные трепангами
- Раки
- Салат из раков
- Салат из кальмаров с курицей
- Салат картофельный с кальмарами
- Салат с кальмарами (корейская кухня)
- Салат из кальмаров с луком
- Салат из квашеной капусты с кальмарами
- Винегрет с кальмарами
- Кальмар в маринаде
- Салат «Морской» (корейская кухня)
- Коктейль из крабов по-корейски
- Салат из крабов с маринованными овощами и фруктами
- Салат из крабов с овощами по-корейски
- Крабы с зеленым салатом по-японски
- Салат из крабов (или раковых шеек) под майонезом
- Салат из крабов или креветок с яблоками (корейская кухня)
- Салат из креветок (или крабов)
- Салат из креветок
- Салат из креветок в коричневом соусе (корейская кухня)
- Салат из креветок с патиссонами и маринованными грибами
- Салат с цветной капустой и мясом креветок
- Салат-коктейль из креветок и шампиньонов
- Салат из лангустов и стручковой фасоли (корейская кухня)
- Салат картофельный с лангустами
- Мидии в соусе
- Мидии под майонезом с горчицей
- Салат картофельный с мидиями
- Салат с мидиями
- Винегрет с мидиями и грибами

- Плакия из мидий
- Помидоры, фаршированные морским гребешком и грибами
- Заливное из мускула гребешка
- Устрицы
- Устрицы с пикантным соусом
- Миноги
- Миноги в горчичном соусе
- Омары с приправой из артишоков
- Омары с чили-апельсиновым соусом
- Плакия из улиток
- Салат из пшеничной крупы (индийская кухня)
- Салат из молодого красного перца по-корейски
- Арабский фруктово-овощной салат
- Мункачина (арабская кухня)
- Салат из капусты с мятой и арахисом (корейская кухня)
- Салат из арахиса по-египетски
- Салат с арахисом (корейская кухня)
- Салат из баклажанов с чесноком (восточная кухня)
- Салат из свежих огурцов по-корейски
- Бобовый салат (турецкая кухня)
- Салат обычный по-корейски
- Гуакамоле (мексиканская кухня)
- Салат овощной со сливками по-корейски
- Салат из авокадо с мандаринами (корейская кухня)
- Салат из авокадо (мексиканская кухня)
- Салат из авокадо, папайи и креветок (мексиканская кухня)
- Салат из авокадо
- Салат «Веселый» (корейская кухня)
- Салат из фруктов и овощей (японская кухня)
- Салат из персиков с сыром (мексиканская кухня)
- Мексиканский овощной салат
- Салат праздничный (корейская кухня)
- Римский салат из сельди
- Салат из тунца с макаронными рожками (мексиканская кухня)
- Салат из тунца с рисом (мексиканская кухня)
- Салат с анчоусами по-корейски
- Смешанный салат с салом (корейская кухня)
- Салат листовой с фруктами

- ПОРЦИОННЫЕ САЛАТЫ НА СКОРУЮ РУКУ
  - Из ананаса с белым сыром
  - Из апельсина с луком
  - Из груши с маринованными огурцами
  - Из персика с ветчиной
  - Из чернослива с сыром
- ПЕРВЫЕ БЛЮДА
  - Суп из капусты (корейская кухня)
  - Суп-пюре из моркови (ниндзин-но суимоно) (японская кухня)
  - Сирийский суп из чечевицы
  - Арабский кисломолочный суп
  - Суп из йогурта с огурцом (турецкая кухня)
  - Арабский суп с каперсами
  - Индийский овощной суп
  - Суп из редьки (корейская кухня)
  - Суп луковый по-крестьянски (мексиканская кухня)
  - Зеленый суп (турецкая кухня)
  - Суп из листьев салата (корейская кухня)
  - Суп из йогурта с чечевицей
  - Фасолевая похлебка (мексиканская кухня)
  - Суп-пюре из кукурузы
  - Суп посоле (мексиканская кухня)
  - Суп «Ацтека» (мексиканская кухня)
  - Суп с блинчиками (сопа де такитос) (мексиканская кухня)
  - Суп из авокадо (мексиканская кухня)
  - Гамбургский суп из угря
  - Суп из угря с зеленым горошком
  - Сборная чорба из рыбы, мидий, раков
  - Суп рисовый с мидиями
  - Суп из мидий по-испански
  - Рыбный суп с чесноком и пряностями (кхао том) (тайская кухня)
  - Суп из форели с грецкими орехами и кизилом
  - Рыбный суп (нам я па) (тайская кухня)
  - Суп картофельный с фрикадельками из кальмаров и трески
  - Суп с фаршированными кальмарами (том ям) (тайская кухня)
  - Окрошка овощная с кальмарами
  - Суп овощной с морским гребешком (или креветками)

- Суп рисовый с помидорами и морским гребешком
- Суп пикантный с креветками
- Суп из креветок с грибами
- Суп рыбный с креветками
- Суп-пюре из креветок
- Суп «Глаза змеи» (японская кухня)
- Суп из тыквы, кокосового ореха и креветок (тайская кухня)
- Суп раковый
- Суп рисовый с крабами
- Суп-пюре из консервированных крабов
- Суп рыбный с морской капустой
- Суп из морской капусты (корейская кухня)
- Бульон с курицей и трепангами
- Рисовый суп с курицей (тайская кухня)
- Китайский суп с вонтонами
- Кокосовый суп с курицей по-тайски
- Куриный суп (корейская кухня)
- Кисло-сладкий суп (кенг том сом) (тайская кухня)
- Суп из утки (корейская кухня)
- Суп из утки (2-й вариант, корейская кухня)
- Суп с манту из утки (корейская кухня)
- Суп с фрикадельками из утиного мяса (корейская кухня)
- Суп из зайчатины
- Сапсо из говядины
- Олья подрига (испанская кухня)
- Тайский рисовый суп
- Суп из молодого барашка (турецкая кухня)
- Суп из баранины с карри по-индийски
- Яичный суп с ветчиной
- Суп-пюре по-индийски
- Прозрачный суп с фаршированными грибами (кенг тьит) (тайская кухня)
- Суп ебаба (марокканская кухня)
- Суп из пива – ёлеброд (скандинавская кухня)

○ ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ

- «Небесное яство» (японская кухня)
- Фаршированная рыба (тайская кухня)
- Фаршированный карп по-турецки
- Рыба фри в кокосовой панировке
- Карп по-турецки

- Рыба по-египетски
- Тушеная рыба по-тайски
- Запеченный ерш
- Рыба в кисло-сладком соусе по-китайски
- Рыба по-астурийски
- Котлеты рыбные (японская кухня)
- Рыбные котлеты (тайская кухня)
- Жареная рыба с молоками (ям пла дук) (тайская кухня)
- Пирожки из рыбы (тайская кухня)
- Шарики из соленой рыбы (тайская кухня)
- Рыбно-овощной фарш (миенг пла ту) (тайская кухня)
- «Цветы из креветок» (тайская кухня)
- Лангусты или крабы по-сиамски
- Клецки из лангуста
- Крабы по-сиамски
- Морской коктейль
- Маринованные овощи (тайская кухня)
- Кисло-сладкая капуста по-тайски
- Капуста по-турецки
- Брюссельская капуста по-брюссельски
- Спаржа по-французски
- Спаржа под соусом из шампиньонов
- Овощное карри (индийская кухня)
- Овощное рагу по-тунисски
- Жареные овощи (тайская кухня)
- Кабачок с зеленым горошком (индийская кухня)
- Жареная соленая редька (тайская кухня)
- Цикорий по-брюссельски
- Тушеные овощи (японская кухня)
- Перец, запеченный с брынзой (турецкая кухня)
- Запеченный фаршированный перец (мексиканская кухня)
- Баклажаны по-стамбульски
- Кабачки по-турецки
- Сюрприз из цветной капусты и картофеля (индийская кухня)
- Фаршированный перец (тайская кухня)
- Фаршированный лук-шалот (тайская кухня)
- Жидкая панировка для приготовления фаршированного перца, фаршированного лука-шалота
- Рагу из мяса диких животных (турецкая кухня)

- Рагу из мяса диких зверей по-афгански
- Бастия из тыквы с телятиной или говядиной (турецкая кухня)
- Яхния по-болгарски
- Гуляш по-марокканski
- Мясные шарики в томатном соусе
- Тас-кебаб (турецкая кухня)
- Кебаб из телятины по-константинопольски
- Кюлбастия из телятины или говядины (турецкая кухня)
- Тамали (мексиканская кухня)
- Тайско-индийское блюдо из говядины
- Австралийские бифштексы с бананами
- Жареная соленая говядина (тайская кухня)
- Бифштекс по-мексикански
- Говядина со стручковым горохом по-восточному
- Карри масаман (тайская кухня)
- Говядина с ананасом и сладким перцем по-восточному
- Филиппинские блинчики
- Говядина в соусе тэрияки (японская кухня)
- Лапша с мясом по-бирмански
- Котлеты по-турецки
- Котлеты по-стамбульски
- Султанские котлеты
- Фрикадельки в миндальном соусе
- Орман-кебаб
- Мясо, тушенное с простоквашей (индийская кухня)
- Вареная баранина с соусом из каперсов (английская кухня)
- Баранина по-китайски
- Баранина с черносливом по-арабски
- Палочки из мяса (турецкая кухня)
- Котлеты со специями (индийская кухня)
- Шашлык с баклажанами по-турецки
- Рис с мясом по-индонезийски
- Буррито (мексиканская кухня)
- Рубленая свинина по-мексикански
- Жареная свинина с имбирем (японская кухня)
- Баклажаны с рубленым мясом
- Сладкая свинина (тайская кухня)
- Свинина в кисло-сладком соусе по-китайски
- Свинина с рисом и ананасами (индийская кухня)

- Свинина, варенная в маринаде (мексиканская кухня)
- Шарики из свинины по-тайски
- Котлеты из свинины (японская кухня)
- Тефтели (тайская кухня)
- Пикантные мясные шарики с лапшой
- Жареная печень (японская кухня)
- Печень на шампурах (японская кухня)
- Свинина с рисом и ананасами (индийская кухня)
- Жаркое из кролика (французская кухня)
- Курица с томатами (тайская кухня)
- Курица по-арабски с медом и орехами
- Индийский куриный кебаб
- Курица в соусе тэрияки (японская кухня)
- Карри из курицы и шампиньонов (тайская кухня)
- Кесадильи с курицей по-мексикански
- Филе курицы по-турецки
- Фаршированные куриные крылышки (тайская кухня)
- Курица с ананасом по-китайски
- Курица с зеленым перцем
- Том кхем (тайская кухня)
- Цыпленок в яйце по-японски
- Цыплята карри по-мадрасски
- Рулеты в листьях маиса (мексиканская кухня)
- Куриная печенка по-индонезийски
- Индейка, тушенная по-турецки
- Жареная утка по-бирмански
- Хлеб, фаршированный дичью (марокканская кухня)
- Жареный рис с соленым сыром (тайская кухня)
- Жареный рис по-индонезийски
- Жареный рис с приправой карри (тайская кухня)
- Рис с йогуртом и имбирем (индийская кухня)
- Рис с морковью и кокосовым орехом (индийская кухня)
- Королевский плов (индийская кухня)
- Рис по-мексикански
- Рис с шампиньонами (мексиканская кухня)
- Рис по-филиппински
- Цветы из яиц куропатки (тайская кухня)
- Яйца по-турецки
- Омлет «Мехико»

- Яичница по-мексикански
- Омлет с начинкой по-тайски
- Бамбук с арахисом
- Черная фасоль (готовится в микроволновой печи)
- Зеленая стручковая фасоль с кунжутом (японская кухня)
- Турецкий гарнир
- Фасоль по-мексикански
- Дал из расщепленного гороха (индийская кухня)
- Дал из красной фасоли (индийская кухня)
- Икра из чеснока (турецкая кухня)

○ ДЕСЕРТЫ

- Фруктовый салат
- «Простое чудо» (индийская кухня)
- Апельсины с корицей (мексиканская кухня)
- Дынные шарики (японская кухня)
- Плавающие шарики (тайская кухня)
- Жареные ананасовые дольки по-кубински
- Мандарины в сиропе (японская кухня)
- Ананас с сиропом (японская кухня)
- Бананы по-бразильски
- Виноград с творожной начинкой
- Волшебная ваза
- Праздничный ананас со взбитыми сливками
- Жареные грецкие орехи по-восточному
- Орехи кешью по-тайски
- Запеченные персики (мексиканская кухня)
- Рис с фруктами
- Рис с молоком по-мексикански
- Грис-халва (турецкая кухня)
- Халу – индийская халва
- Морковная халва с миндалем
- Монтесума-чоколатль (мексиканская кухня)
- Банановый крем по-арабски
- Заварной кокосовый крем
- Бананы во фритюре
- Жареные бананы по-тайски
- Печеные бананы, фаршированные кокосом
- Флан «Халиско» (мексиканская кухня)
- Бразильское шоколадное паве
- Реване (турецкая кухня)
- Рождественский пирог из фиников с орехами (мексиканская кухня)

- Эльзасский торт
- Ананасовые тортики
- Южнонемецкое сладкое блюдо из вишни
- Баклава с орехами (турецкая кухня)
- Бананы в кокосовом молоке
- Банановый воздушный пирог (мексиканская кухня)
- Маленький розовый торт (турецкая кухня)
- Воздушные пончики (мексиканская кухня)
- Кокосово-ореховый торт (мексиканская кухня)
- Сливочное полено с кокосом
- Турецкое печенье
- Мексиканское ореховое печенье
- Печенье из кукурузной муки (мексиканская кухня)
- Манговые пирожные
- Чамбергос (мексиканская кухня)
- Пикантные кексы (мексиканская кухня)
- Капиротаца (мексиканская кухня)
- Фой тонг – «Золотые нити»

Эдуард Николаевич Алькаев
Экзотическая кухня. Разнообразные меню для будней и праздников

Введение

Словосочетания «экзотическая кухня», «экзотическое блюдо», «экзотический фрукт» уже дают нам возможность думать о чем-то необычном, загадочном, странном, непривычном и в то же время завораживающем, интригующем, заманчивом. Подразумевается что-то такое, чего мы никогда не пробовали, или только слышали об этом по рассказам знакомых, побывавших по турпутевкам в восточных, арабских или латиноамериканских странах. Все, что нами не изведано и не испробовано, мы называем экзотикой.

Экзотика – чужой, иноземный (в переводе с греческого); причудливые, необычайные особенности отдаленных стран. Так трактует это слово Энциклопедический словарь. У С. Ожегова читаем: «Экзотический – необычный для данной местности», а во втором лексическом значении: «Причудливый, диковинный, поражающий своей странностью».

Во многих городах России открываются рестораны с кухнями разных стран (особенно китайской и японской), появляются книги с рецептами блюд стран мира, а на телевидении в кулинарных программах и программах о путешествиях рассказывают о таких необычайных блюдах. Ведь огромное количество народов населяет нашу планету, и столько же существует в мире кулинарных традиций, связанных с климатическими условиями, религиями и историей, уходящей в древние века.

В нашем представлении это особенная кухня, полная скрытого, можно сказать, сакрального смысла. И согласитесь, сперва, узнав о чем-то неизвестном доныне, мы впадаем в экзальтацию и очень хотим ощутить таинственный и незнакомый вкус экзотического блюда.

И мы решили вам помочь, собрав в эту книгу некоторые достаточно приемлемые рецепты, исходя из тех продуктов, которые стали доступны нам, которые сегодня можно купить в наших магазинах. На прилавках появились консерванты с незнакомыми ранее наименованиями, пакетики со специями и пряностями из разных стран, которые также придают незабываемый колорит тому или иному блюду.

Мы не стали включать в книгу рецепты, которые, на наш взгляд, можно считать чересчур экзотическими, из-за использования в них продуктов, не встречающихся в продаже (например, осьминогов, жуков, личинок или кузнечиков) и об употреблении в пищу которых мы раньше даже и не подозревали. Услышав, что можно питаться жареными коконами шелкопряда, или есть суп из ядовитой змеи, или еще что-либо такое

диковинное, мы непроизвольно передергиваем плечами от удивления и естественного для нас неприятного чувства. Да и не каждый решится хотя бы положить в рот кусочек личинки или кузнечика, не говоря уже о том, чтобы самому его приготовить. Пусть такие сложные блюда готовят профессионалы.

Однако если подробно изучить кулинарию других народов, мы найдем там множество необычных рецептов, поражающих неординарным сочетанием знакомых продуктов.

В нашей книге вы встретите блюда из дичи, морских продуктов в соединении с экзотическими фруктами, соевыми соусами, порошком карри, кокосовым молоком и многочисленными приправами, такими, как жгучий перец, куркума, имбирь.

А если честно, то любой традиционный для нас продукт можно приготовить по-особенному, если хорошо знать возможные сочетания продуктов, овощей, фруктов и специй. Даже благодаря использованию разных приправ одно и то же мясо или рыба могут приобрести различный вкус. Подмешаешь в соус душистую добавку – получится абсолютно новое блюдо, и название ему можно давать свое, фирменное. Тем более фантазия и творческий подход к кулинарии, к приготовлению повседневных и, особенно, праздничных блюд всегда дают неожиданный и превосходный результат.

Ничего сложного в технологиях приготовления мы вам не предлагаем. Может быть, самым сложным будет рецепт «Золотые нити», но стоит потренироваться пару раз – и все получится.

Читая в нашей книге некоторые рецепты, вы скажете, что такого не может быть. Но это на первый взгляд! Итак, закатайте рукава, наденьте фартук, совершите все предлагаемые манипуляции с продуктами, и увидите, что это интересно и увлекательно. Аромат нового блюда вызовет настоящий аппетит, а уж если его отведаешь – пальчики оближешь.

Главное, хорошее настроение, неторопливость, соблюдение основного порядка приготовления, желание удивить и порадовать себя и своих близких новыми открытиями! И экзотика уже не станет экзотикой, экзотические продукты и блюда из них войдут в рацион вашей семьи и станут неотъемлемой частью вашего меню.

Ко всему сказанному лишь добавим, что все, что мы предлагаем, – очень вкусно! Эти блюда не только разнообразят ваш стол, но они полезны и питательны, эффектны и эстетичны.

Приятного и здорового вам аппетита!

САЛАТЫ И ЗАКУСКИ

Салат из редьки с луком *(японская кухня)*

Редьку и лук чистим, промываем, нарезаем соломкой, солим, добавляем растительное масло и перемешиваем.

Готовый салат укладываем горкой в салатницу. Отдельно можно подать горячую жидкую рисовую кашу.

Состав: *120 г редьки;*
20 г зеленого лука;
20 г растительного масла;
соль.

Тушеная редька *(корейская кухня)*

Ломтики сушеной редьки промываем, заливаем водой и даем постоять до тех пор, пока они не станут ровными и гладкими. В кастрюлю вливаем масло, кладем редьку, немного потушим. Затем добавляем соевый соус, нашинкованный лук, измельченный чеснок, перец. Через некоторое время кастрюлю закрываем крышкой, уменьшаем огонь. Минут через 10 несколько раз слегка встряхиваем кастрюлю, чтобы специи и редька перемешались, затем открываем крышку и посыпаем кунжутом.

Примечание. Для сушки редьку режут тонкими ломтиками и кладут в теплое сухое место. Высушенная редька может храниться долго, до следующего года.

Состав: *500 г сушеной редьки;*
30 г зеленого лука;
50 г соевого соуса;
3 г толченого и поджаренного с солью кунжута;
30 г растительного масла;
20 г чеснока;
3 стручка красного перца.

Острый салат из редьки *(корейская кухня)*

Редьку трем крупными ломтиками, сбрызгиваем уксусом, солим, добавляем красный и черный молотый перец, толченый чеснок и, залив кипящим растительным маслом, перемешиваем.

Состав: *600 г редьки;*
15 г столового уксуса;
10 г растительного масла;
2 г красного молотого перца;
10 г соли;
15 г чеснока;
1 г черного молотого перца.

Салат из маринованной петрушки *(корейская кухня)*

От петрушки взять только стебли, нарезать на части длиной 4 см. Добавить соль, сахарный песок и уксус, тщательно перемешать, затем ровно примять и оставить на час. Потом положить измельченные лук и чеснок, соль, перемешать, а перед самым употреблением заправить салат соевым соусом.

Состав: *1 кг петрушки;*
30 г зеленого лука;
10 г чеснока;
30 г столового уксуса;
5 г соли;
30 г соевого соуса;
20 г сахарного песка.

Салат из сельдерея *(китайская кухня)*

Отбираем нежные побеги сельдерея, удаляем прожилки, промываем и нарезаем на кусочки длиной 3 см. Кладем в дуршлаг и варим на пару. (Не доводить до того, чтобы кусочки сельдерея расползлись, – они должны остаться нежными и хрустящими!) Вынимаем из дуршлага и остужаем в холодной воде, даем стечь влаге и перекладываем в миску. Солим, добавляем душистое масло, перемешиваем и сбрызгиваем уксусом. Можно добавить немного отваренных заранее креветок.

Душистое растительное масло: разогреваем масло до 180 °С и бросаем в него несколько зерен душистого черного перца. Когда почувствуется явный аромат, зерна вынимаем – повторно их использовать нельзя.

Состав: *300 г сельдерея;*
1 ч. ложка уксуса;
2 ч. ложки душистого растительного масла;
соль по вкусу.

Салат из спаржи

Очищенную спаржу (головки спаржи должны быть темно-зеленой, почти лиловой окраски) промываем, связываем с обеих сторон пучком, срезаем нижнюю часть так, чтобы пучок можно было поставить в кастрюлю стоймя, и заливаем подсоленным кипятком так, чтобы головки не касались воды, которые, таким образом, будут вариться на пару. Варим спаржу в закрытой кастрюле, чтобы она не потемнела. Когда спаржа сварится, выкладываем ее на блюдо и заливаем смесью из растительного масла и лимонного сока. Солим и посыпаем мелко нарезанной зеленью.

Состав: *1 кг спаржи;*
растительное масло, лимонный сок, зелень, соль.

Салат «Чикаго» *(американская кухня)*

Спаржу, стручковую фасоль, морковь и гусиную печень отвариваем по отдельности. Морковь нарезаем соломкой, печень – ломтиками, смешиваем их с головками спаржи, нарезанной фасолью и маринованными грибами, тщательно перемешиваем и заправляем майонезом и солью. Готовым салатом заполняем половинки помидоров, из которых перед этим удалили мякоть.

Украшаем зеленью петрушки.

Состав: *200 г спаржи;*
100 г зеленой стручковой фасоли;
1 морковь;
50 г гусиной печени;
100 г грибов;
3 свежих помидора;
майонез, соль, зелень петрушки.

Салат по-аргентински *(аргентинская кухня)*

Морковь, корень сельдерея, капусту кольраби мелко нарезаем, добавляем зеленый горошек, перемешиваем и слегка замариновываем в растительном масле с уксусом, перцем и солью. Готовый салат выкладываем горкой в салатник, украшаем дольками яиц и маринованной спаржей.

Состав: *200 г моркови;*
1 корень сельдерея;
100 г кольраби;
50 г зеленого горошка;
масло растительное, уксус, соль, перец черный молотый;
1 яйцо вареное;
спаржа маринованная.

Салат «Индийский» *(индийская кухня)*

Рис и спаржу отварим, перец испечем. Рис, головки спаржи, нарезанный соломкой перец и нарезанные кусочками яблоки смешиваем, заправляем майонезом, солью и перцем.

Состав: *100 г риса;*
100 г спаржи;
100 г сладкого перца;
150 г яблок;
майонез, соль, перец черный молотый.

Салат из папоротника

Вымоченный в течение одних суток папоротник прокипятим 5 минут. Пожарим в растительном масле морковь, репчатый лук, красный перец, добавим папоротник, поджаренный кунжут, лавровый лист. Все заправим соевым соусом и перемешаем.

Состав: *200 г папоротника;*
50 г моркови;
60 г репчатого лука;
1 г красного перца;
60 г соевого соуса;
1 лавровый лист;
10 г кунжута;
30 г растительного масла.

Салат из ветчины с бананами *(африканская кухня)*

Изюм хорошо промываем. Бананы нарезаем ломтиками и смешиваем с кокосовыми орехами, натертыми на крупной терке, мелко нарезанной ветчиной и изюмом, добавляем сливки, соль, тертую цедру лимона. Все перемешиваем, выдерживаем 30 минут, выкладываем в салатник на листья салата и украшаем поджаренными ломтиками белого хлеба.

Состав на одну порцию: *50 г изюма;*
2 банана;
50 г кокосовых орехов;
50 г ветчины;
3 ст. ложки сливок;
2 ч. ложки цедры лимона;
листья салата, хлеб белый, соль.

Салат «Порт-Саид» *(египетская кухня)*

Корень сельдерея чистим и нарезаем соломкой, бананы – кусочками, яблоки – кубиками, салат – соломкой. Все перемешиваем, добавляем мелко нарезанные свежие помидоры, заправляем майонезом.

Блюдо подаем в кожуре банана, украсив листьями салата.

Состав: *2 корня сельдерея;*
2 банана;
2 яблока;
20 г зеленого салата;
2 помидора; майонез.

Салат «Нефертити»

Помидор нарезаем ломтиками, яблоко, сельдерей и банан – соломкой, $^{2}/_{3}$ листьев салата – полосками, лук рубим. Все перемешиваем, заправляем майонезом.

При подаче на стол украшаем оставшимися листьями салата и кусочками помидора.

Состав: *по 1 помидору, банану и яблоку;*
80–100 г корня сельдерея;
50–60 г зеленого лука;
100 г листьев салата;
3–4 ст. ложки майонеза;
рубленая зелень по выбору.

Коктейль из шампиньонов *(мексиканская кухня)*

Шампиньоны нарезаем кружочками, заливаем 1 стаканом кипятка и немного провариваем. Затем добавляем бульон и даем остыть. Помидоры и перец нарезаем некрупными кубиками, лук и кинзу мелко режем. Все ингредиенты складываем в большую посуду и тщательно перемешиваем. Раскладываем в креманки и подаем с соленым печеньем.

Состав: *1 кг шампиньонов;*
3 небольших помидора; $^1/_2$ луковицы;
2 стручка острого перца;
4 веточки кинзы;
1 стакан кетчупа;
2 ст. ложки соевого соуса;
1 ч. ложка крепкого куриного бульона;
сок 4 лимонов;
соль по вкусу.

Пестрый салат *(бельгийская кухня)*

Сыр и очищенные яблоки нарезаем небольшими кубиками. Шампиньоны тушим и разрезаем пополам. Сладкий перец нарезаем кольцами. Готовые продукты смешиваем с дольками мандаринов или апельсинов.

Из йогурта, горчицы, меда, сока лимона и цедры апельсина приготавливаем соус, смешав все компоненты, и заправляем салат.

Состав: *100 г твердого сыра;*
50 г шампиньонов;
2–3 сладких перца;
2 яблока;
1–2 апельсина или мандарина.
Для соуса: *200 г йогурта;*
1 ч. ложка горчицы;
3 ч. ложки меда;
1 ч. ложка сока лимона;
щепотка цедры апельсина.

Салат из огурцов по-фламандски *(голландская кухня)*

Огурцы очистим, нарежем и проварим в подсоленной воде 10 минут. Из желтков, йогурта и майонеза взбиваем соус, добавляем соль, перец, половину приготовленного укропа. Теплые, предварительно обсушенные дольки огурцов солим, перчим, заливаем готовым соусом и посыпаем оставшимся укропом. Подаем с гренками.

Состав: *3–4 свежих огурца;*
2–3 желтка сырых яиц;
200 г йогурта;
4 ст. ложки майонеза;
зелень укропа, перец черный молотый, соль.

Салат из белой фасоли

Фасоль замочим на ночь, затем потушим до мягкости в небольшом количестве воды и жира (зерна должны развариться). Еще теплую фасоль соединяем с маслом, томатной пастой, винным уксусом, толченым чесноком и тертым луком. Добавляем мелко нарезанный стручок перца, солим, перчим и все хорошо перемешиваем. Можно добавить сметану.

Подаем салат к столу охлажденным.

Состав: *300 г белой фасоли;*
1 ст. ложка сливочного масла;
2–3 ст. ложки растительного масла;
1 головка репчатого лука;
1 долька чеснока;
2 ст. ложки зелени укропа и петрушки;
1 болгарский перец;
2 ст. ложки сметаны;
винный уксус, томатная паста, перец, соль.

Фасоль с орехами

Предварительно замоченную фасоль варим до готовности, добавляем к ней мелко нарезанный лук и даем закипеть, затем тщательно перемешиваем деревянной ложкой с мелко истолченными грецкими орехами, перекладываем в салатник и посыпаем зеленью.

Состав: *1 стакан фасоли;*
$^1/_2$ стакана грецких орехов;
1 головка репчатого лука;
соль по вкусу.

Льежский салат из зеленой фасоли *(бельгийская кухня)*

Зеленую стручковую фасоль отварим в подсоленной воде, картофель – в мундире. Фасоль отцедим, картофель очистим, нарежем ломтиками, смешаем с фасолью и поставим на водяную баню. Поджарим нарезанный кубиками шпик и выльем жир со шкварками в салат. Заправим прокипяченным уксусом, солью, перцем, мускатным орехом и добавим измельченный репчатый лук и зелень петрушки.

Состав: *300 г фасоли зеленой стручковой;*

200 г картофеля;

40 г шпика;

1 головка репчатого лука;

2–3 ст. ложки уксуса;

соль, перец черный молотый, орех мускатный, зелень петрушки.

Салат из зеленой фасоли *(тайская кухня)*

Бланшируем фасоль, затем подержим ее в очень холодной воде, чтобы она оставалась зеленой и хрустящей. После этого смешиваем ее с креветками и кусочками свинины.

Соус: разводим острый соус лимонным соком и, по желанию, заправляем сахаром. Добавляем кокосовые сливки, если надо, прибавим по вкусу соль, сахар и лимонный сок.

Бобы, свинину и креветки заливаем приготовленным соусом. Хорошо перемешиваем, добавляем чеснок, лук-шалот, сушеный стручковый перец, толченый жареный арахис и жареный тертый кокосовый орех; при этом оставляем понемногу каждой из этих приправ, чтобы потом можно было посыпать ими готовый салат.

Состав: *1 стакан мелко нарезанной зеленой фасоли;*

1 стакан вареных креветок и вареной свинины, нарезанных такими же по размеру кусочками, что и бобы;

по $^1/_4$ стакана нарезанных чеснока, лука-шалота и обжаренного сушеного стручкового перца;

1–2 ст. ложки острого соуса;

лимонный сок, кокосовые сливки (или коровьи);

по $^1/_2$ стакана толченого жареного арахиса и жареного тертого кокосового ореха;

коричневый сахар и соль по вкусу.

Салат «Итальянский»

Морковь, сельдерей, картофель, зеленую фасоль и горошек отвариваем. Все овощи, за исключением горошка, нарезаем мелкими кубиками. Добавляем мелко порубленное филе анчоусов и нарезанные мелкими кубиками огурцы. Салат заправляем майонезом и, выложив горкой, украшаем дольками вареных яиц и маслинами.

Состав: *2 картофелины;*
2 моркови;
150 г сельдерея (корень);
150 г зеленой фасоли;
50 г зеленого горошка;
1–2 яблока;
50 г анчоусов (филе);
1 яйцо, сваренное вкрутую;
1 соленый огурец;
25 г маслин;
1 банка майонеза.

Салат-заливное по-мексикански

Смешиваем желатин с сахаром и солью, добавляем воду и нагреваем на медленном огне, непрерывно помешивая, до полного растворения. Сняв с огня, прибавляем уксус и томатный сок, размешиваем и ставим в холодильник. Когда смесь приобретет консистенцию яичного белка, соединяем с фасолью, горошком и кукурузой, как следует перемешиваем, раскладываем по формочкам и ставим в холодильник. Подаем на листьях салата.

Состав: *по 100 г отварной (консервированной) зеленой фасоли, зеленого горошка и кукурузы;*

3 ст. ложки сахара;

1/4 ч. ложки соли;

3 ст. ложки уксуса;

1 ст. ложка желатина;

1 стакан охлажденного томатного сока;

1/2 чашки холодной воды;

листья зеленого салата по потребности.

Варианты. Вместо фасоли, горошка и кукурузы можно использовать:

– 2 початка отварной молодой, очень нежной кукурузы (нарезать тонкими ломтиками) плюс 100 г сыра гауда, нарезанного некрупными кубиками;

– 100 г зеленого горошка, 100 г корня сельдерея и 3 сваренных вкрутую яйца (и то и другое мелко нарезать);

– 150 г зеленого горошка плюс 150 г вареной моркови (мелко нарезать);

– 200 г вареной свеклы плюс 100 г корня сельдерея (все мелко нарезать).

Салат из зеленой фасоли с макаронными рожками *(мексиканская кухня)*

Рожки отвариваем, откидываем на дуршлаг и остужаем. Сыр нарезаем мелкими кубиками. Лук режем мелко, оливки – тонкими кружками.

Все смешиваем, прибавляем фасоль, горошек и кукурузу, майонез, соль и перец. Хорошо перемешиваем, оставляем на 1 час в холодильнике.

Подаем на листьях салата.

Состав: *по 80 г консервированной зеленой фасоли, зеленого горошка и кукурузы;*

200 г макаронных рожков;

150 г желтого сыра;

150 г майонеза;

1 луковица;

6–7 оливок без косточек;

1,5 ч. ложки горчицы;

соль, перец, листья зеленого салата.

Салат «Гватемала» *(гватемальская кухня)*

Лук нарезаем кольцами, добавляем толченый чеснок, очищенные и нарезанные дольками помидоры, отваренные и нарезанные кубиками кабачки, сардины, острый перец и маслины.

Салат заправляем маслом, соком лимона, уксусом, солью, перцем и тщательно перемешиваем. Украшаем дольками яйца.

Состав: *2–3 головки репчатого лука;*
2 дольки чеснока;
3 помидора; 1 кабачок;
1 острый перец; 20 г маслин;
150 г консервированных сардин;
4 ст. ложки оливкового (растительного) масла;
1 ч. ложка сока лимона;
1 ст. ложка уксуса;
1 яйцо, сваренное вкрутую;
перец, красный и черный молотый, соль.

Салат разноцветный

Очищенные вареные репу или молодую нежесткую кольраби, а также морковь нарезаем тонкими ломтиками. Чернослив промываем, заливаем горячей водой для набухания, удаляем из него косточки и нарезаем. Так же нарезаем сливы без косточек. Помидоры разрезаем на 5–6 частей, свежий сладкий перец, удалив плодоножку вместе с зернами, нарезаем соломкой. Яблоки чистим, удаляем семенные коробки и нарезаем. Промытые листья салата разрезаем на 2–3 части, а огурцы и вареные яйца шинкуем ломтиками. Нарезанные овощи и плоды смешиваем, добавляем консервированный зеленый горошек, чуть присолим, поперчим.

При подаче на стол заправляем майонезом, смешанным со сметаной в любой пропорции.

В салат можно добавить сахар (лучше сахарную пудру) и лимонный сок.

Заправленный салат укладываем горкой в салатницу, по краям располагаем листики зеленого салата, а сверху украшаем овощами или плодами и посыпаем укропом.

Состав: *100 г репы или кольраби;*
3 ст. ложки консервированного зеленого горошка;
по 2 моркови, яблока и огурца;
3 ст. ложки измельченного зеленого салата или зеленого лука;
по 4 шт. сливы и чернослива;
1 помидор и сладкий перец;
1 яйцо;
1 ч. ложка сахара;
по 200 г майонеза и сметаны;
перец, соль, укроп.

Салат «Египетский»

Помидоры чистим, удаляем семена, мякоть мелко нарезаем, смешиваем с измельченным луком, толчеными фисташками, солим, перчим и выдерживаем 10 минут.

Состав: *3–4 помидора;*
2 головки репчатого лука;
100 г фисташек;
перец, красный молотый, соль.

Салат «Тоска» *(итальянская кухня)*

Филе отварного цыпленка, корень сельдерея, свежие отваренные грибы нарезаем соломкой, смешиваем с каперсами и тертым сыром, заправляем майонезом, солим и перемешиваем.

Салат украшаем дольками свежих помидоров.

Состав: *100 г филе цыпленка;*
1 корень сельдерея;
50 г грибов;
10 г каперсов;
20 г твердого сыра;
майонез, соль;
2 свежих помидора.

Салат из курицы с карри *(мексиканская кухня)*

Смешиваем масло с уксусом и карри. Прибавляем отваренный и охлажденный рис, ставим в холодильник на 1–2 часа.

Мясо, лук, сельдерей и сладкий перец мелко нарезаем и незадолго до подачи на стол смешиваем с рисом.

Подаем на листьях салата, посыпав красным перцем.

Рис можно заменить мелкими макаронными изделиями.

Состав: *250 г отварного куриного мяса;*
100 г риса;
100 г корня сельдерея;
1 маленькая луковица;
1 стручок сладкого зеленого перца;
1,5 ст. ложки растительного масла;
2 ч. ложки уксуса;
200 г майонеза;
$^1/_2$ ч. ложки порошка карри;
соль и молотый красный перец, листья зеленого салата.

Салат из курицы с ананасами

Все продукты нарезаем одинаковыми по величине кусочками и укладываем слоями в следующей последовательности:

1-й слой – куриное отварное мясо,

2-й слой – вареные яйца,

3-й слой – маринованные грибы (шампиньоны),

4-й слой – ананас (можно консервированный).

Каждый слой промазать майонезом. Количество продуктов – по вашему желанию.

Коктейль «Шанхай»

Подготовим 4 вазочки, выложив изнутри промытыми листьями салата. Мясо курицы, ананас и шампиньоны мелко нарезаем. Распределяем слоями по вазочкам и заливаем соусом из взбитого йогурта, майонеза, белого вина и горчицы.

Состав: *400 г вареного куриного мяса;*
120 г ананаса;
120 г тушеных шампиньонов;
120 г майонеза;
100 г йогурта;
4 ст. ложки белого вина;
20 г крепкой горчицы;
листья зеленого салата.

Салат с курицей и сыром

Куриное мясо нарезаем небольшими кусочками, добавляем вареный рис, нарезанные маленькими кубиками сыр и яблоко, ломтики редиса, изюм и нашинкованный сельдерей.

Смешиваем йогурт с майонезом и заливаем салат. Украшаем дольками красного яблока.

Состав: *350 г мяса отварной курицы;*
1 стакан отварного риса;
125 г сыра;
2 яблока;
6 шт. редиса;
2 черешка сельдерея;
3 ст. ложки белого изюма;
150 г йогурта (несладкого) или кефира;
1 ст. ложка майонеза;
1 красное яблоко.

Салат «Сила»

Курицу отвариваем, отделяем мясо от костей и мелко нарезаем. Яйца измельчаем, зеленый салат нарезаем соломкой. Добавляем грецкие орехи, сок лимона и майонез. Сухарики кладем перед подачей на стол, чтобы они не размокли.

Состав: *$^1/_2$ курицы;*
3 вареных яйца;
1 пучок зеленого салата;
0,5 стакана дробленых грецких орехов;
сок половины лимона;
1 упаковка сухариков из черного хлеба;
200 г майонеза.

Салат с курицей и зеленым горошком

Зеленый горошек варим в кипящей воде 3 минуты, откидываем на сито, обдаем холодной водой и даем стечь воде. Помидоры обдаем кипятком, снимаем кожицу и разрезаем на 8 частей. Вареные шампиньоны и куриное мясо нарезаем тонкими ломтиками. Виноград промываем, снимаем кожицу, разрезаем пополам и удаляем косточки. Все компоненты осторожно перемешиваем.

Из уксуса, соли, перца и растительного масла готовим заправку, выливаем в салат и даем постоять в закрытой посуде 15 минут. Выкладываем салат в салатник, украшаем дольками яиц и измельченной зеленью петрушки. Отдельно подаем соус (смешать майонез, кетчуп, сметану, соль и перец).

Состав: *300 г зеленого горошка;*
4 помидора;
200 г шампиньонов;
200 г мяса отварной курицы;
200 г зеленого винограда;
2 ст. ложки винного уксуса;
4 ст. ложки растительного масла;
4 вареных яйца.
Для соуса: *4 ст. ложки майонеза;*
4 ст. ложки кетчупа;
6 ст. ложек сметаны;
соль, молотый душистый перец и зелень петрушки.

Курица с виноградом

Филе курицы нарезаем кусочками и обжариваем, остужаем, сбрызгиваем лимонным соком. Виноградинки разрезаем на 4 части, фисташки мелко рубим. Все компоненты соединяем с зеленью, добавляем майонез и перемешиваем.

Состав: *500 г филе курицы;*
300 г черного винограда;
100 г фисташек;
200 г майонеза;
зелень петрушки, укропа и лука.

Салат из цыпленка с ананасом

Смешаем мясо цыпленка и сельдерей. Добавим ананас и маслины. Перемешаем с соусом и поставим в холодильник на 1 час.

Соус: оливковое масло, грейпфрутовый и лимонный сок взбиваем с солью и паприкой.

Салат перекладываем в салатницу, поливаем майонезом, украшаем каперсами, маслинами и миндалем.

Состав: *3 стакана мяса цыпленка, нарезанного кубиками;*

1 стакан измельченного сельдерея;

$^1/_2$ стакана нарезанного ананаса;

$^1/_2$ стакана маслин;

каперсы, миндаль.

Для соуса: *по $^1/_4$ стакана оливкового масла и сока грейпфрута;*

по $^1/_2$ ч. ложки соли и паприки;

1 ч. ложка сока лимона.

Салат из курицы с огурцом *(мексиканскя кухня)*

Заправка: смешиваем сахар, муку, горчицу, соль и перец, прибавляем слегка взбитые желтки и воду, ставим на паровую баню и варим, все время помешивая и понемногу подливая уксус. Сняв с огня, прибавляем масло, тщательно размешиваем и остужаем.

Мясо и очищенный от кожуры огурец нарезаем кубиками, сельдерей и лук мелко режем. Все соединяем, как следует перемешиваем, прибавляем заправку и чуть присаливаем. Подаем на листьях салата, посыпав перцем.

Состав: *350 г отварной курицы;*
1 свежий огурец;
100 г корня сельдерея;
$^1/_2$ маленькой луковицы;
1 щепотка соли;
1 стакан салатной заправки;
молотый красный перец, листья зеленого салата.
Для заправки: *2 яичных желтка;*
1 ст. ложка муки;
1 ст. ложка сахара;
1 ст. ложка сливочного масла или маргарина;
1,5 ч. ложки сухой горчицы;
$^1/_4$ стакана уксуса;
1 щепотка молотого перца чили (кайенского);
$^1/_2$ ч. ложки соли;
$^1/_2$ стакана холодной воды.

Холодная закуска из огурцов и куриного мяса *(корейская кухня)*

Яйцо варим вкрутую и мелко нарезаем. Куриное мясо варим, остужаем, затем нарезаем тонкими кусочками. Свежие огурцы моем, разрезаем вдоль на две половинки, затем на кусочки толщиной 0,2–0,3 см. Белую часть стебля лука мелко нарезаем вместе с чесноком. Стрелку лука (зеленую часть) шинкуем. В огурцы и мясо курицы кладем нарезанные лук с чесноком, уксус, горчицу, сахарный песок, растительное масло, соевый соус, соль, кунжут, все тщательно перемешиваем, ставим в холодильник.

Холодную овощную закуску выкладываем на тарелку, посыпаем тонко нарезанным перцем и яйцом.

Состав на одну порцию: *200 г огурцов;*
10 г зеленого лука;
4 г соли;
10 г горчицы;
2 г растительного масла;
1 г красного перца;
2 г поджаренного кунжута;
60 г куриного мяса;
3 г чеснока;
5 г соевого соуса;
10 г столового уксуса;
12 г яйца;
5 г сахарного песка.

Салат по-мексикански

Сельдерей мелко нарезаем (или натираем на терке). Мясо и салат режем соломкой, лук и перец – тонкими колечками, яйцо, сваренное вкрутую, рубим.

Все перемешиваем, солим и поливаем французской заправкой.

Состав: *150 г отварного куриного мяса (филе);*

100 г корня сельдерея;

$^1/_2$ стручка сладкого красного перца;

1 яйцо;

$^1/_2$ небольшой луковицы;

$^1/_2$ пучка зеленого салата;

1 ст. ложка французской заправки (смеси оливкового масла и уксуса);

соль по вкусу.

Салат-коктейль мясной по-мексикански

Все мясные продукты, сыр, сельдерей и салат нарезаем тонкими полосками, смешиваем с майонезом, приправляем солью и перцем.

При подаче на стол украшаем дольками помидоров и сваренного вкрутую яйца.

Состав: *100 г отварного куриного мяса;*
100 г отварного языка;
100 г вареной ветчины;
50 г желтого сыра;
100 г корня сельдерея;
2 помидора; 1 яйцо;
1 пучок зеленого салата;
майонез, соль и перец.

Салат из индейки с яблоками *(мексиканская кухня)*

Мясо нарезаем кубиками, лук и сельдерей – кружочками. Удалив сердцевину и не очищая от кожуры, яблоки нарезаем кубиками.

Все смешиваем, заправляем майонезом, присаливаем. Оставляем в холодильнике на 1–2 часа, а затем подаем на листьях салата.

Состав: *350 г вареного мяса индейки (или курицы);*
3 красных яблока;
1 луковица;
4 черешка сельдерея;
майонез, соль, листья зеленого салата.

Салат «Фигаро» *(итальянская кухня)*

Вареный телячий язык, припущенный сельдерей, анчоусы и салат нарезаем соломкой, вареную свеклу – кружочками, тщательно перемешиваем, заправляем майонезом и солим.

В майонез предварительно добавляем мелко нарезанные очищенные свежие помидоры.

Состав: *200 г языка телячьего;*
1 свекла;
1 корень сельдерея;
40 г салата зеленого;
20 г анчоусов;
2 свежих помидора;
майонез, соль.

Салат из бараньих языков *(корейская кухня)*

Очистим морковь, репу и лук-порей. Языки промоем в холодной воде, отварим в течение 5 минут в большом количестве воды, отцедим, остудим, положим в другую кастрюлю с кипящей водой, пучком гарни, очищенными овощами, солью, молотым перцем и будем варить еще полтора часа.

Тем временем очистим и промоем латук. Сладкий перец опустим в кипяток, поварим 10 минут, отцедим, очистим от кожицы, удалим семена и нарежем полосками.

Приготовим классический соус из смеси винного уксуса, горчицы, оливкового масла и соли.

Языки очистим от кожицы и нарежем тонкими ломтиками.

На каждую тарелку кладем листья латука, сладкий перец, на них ломтики языка, польем соусом, украсим листиками кервеля и небольшими маслинами.

Состав: *12 бараньих языков;*
1 кочан салата-латука;
1 стручок сладкого красного перца;
1 головка лука-порея;
по 1 моркови и репе;
1 пучок гарни;
1 небольшой пучок кервеля;
маслины;
1 ст. ложка острой горчицы;
10 ст. ложек оливкового масла;
2–3 ст. ложки винного уксуса;
соль, черный молотый перец.

Холодная закуска из говяжьего языка *(корейская кухня)*

Язык варим, чистим от оболочки, нарезаем в виде полулуны. Добавляем измельченные лук и чеснок, кунжутное масло, соевый соус, тонко нарезанный перец, концентрированный куриный бульон, уксус, соль, сахарный песок, кунжут, растительное масло. Все хорошо перемешиваем, ставим в холодное место на 2–3 часа.

Перед подачей на стол украшаем яйцом и орехами.

Состав на одну порцию: *338 г говяжьего языка;*
5 г сахарного песка;
5 г столового уксуса; 3 г соли;
10 г соевого соуса;
3 г красного перца;
11 г кунжутного (оливкового) масла;
3 г кунжута;
10 г растительного масла;
5 г чеснока;
20 г зеленого лука;
1 г концентрированного куриного бульона;
10 г яйца;
5 г кедровых орехов.

Салат из свиного языка

Вареный язык очищаем от кожи и нарезаем. Куриное мясо и грибы измельчаем. Все компоненты смешиваем и заливаем приготовленным соусом (смешаем майонез, соевый соус и горчицу). Выкладываем в салатник, украшаем целыми грибами и шинкованной зеленью.

Состав: *1 вареный свиной язык;*
200 г вареного куриного мяса;
200 г маринованных или соленых грибов;
3 ст. ложки майонеза;
2 ст. ложки соевого соуса;
1 ч. ложка готовой горчицы;
зелень.

Салат «Нарын» *(киргизская кухня)*

Вареное мясо и редьку нарезаем соломкой, лук – кольцами, солим и перемешиваем. Выкладываем горкой в салатник и украшаем зеленью петрушки.

Состав: *300 г конины;*
2 редьки;
3 головки репчатого лука;
зелень петрушки, соль.

Салат из баранины по-мексикански

Мясо, яблоко и хлеб нарезаем кубиками. Сельдерей, перец и огурцы режем мелко, смешиваем с мясом, яблоком, семенами сельдерея и майонезом, приправляем солью и перцем. Выдерживаем в холодильнике 2 часа.

Подаем на блюде, выложенном листьями салата, сверху посыпаем хлебными кубиками.

Состав: *300 г отварной баранины;*

100 г корня сельдерея;

1 стручок сладкого зеленого перца;

2 маринованных огурца;

1 яблоко;

150 г майонеза;

1 ч. ложка семян сельдерея;

2 ломтика черствого хлеба;

соль (можно добавить чесночную и луковую соль), перец, листья зеленого салата.

Салат «Каприз»

Телятину и кальмары отвариваем, нарезаем соломкой, маринованные грибы, соленые огурцы, лук нарезаем мелко. Все соединяем, заправляем солью и майонезом по вкусу.

Состав: *по 400 г телятины, кальмаров и маринованных грибов;*

2 огурца;

1 головка (средняя) лука.

Салат из риса *(японская кухня)*

Мясо отварим и нарежем кубиками. Рис отварим, откинем на дуршлаг и промоем в холодной воде. Желток, горчицу, сахар, уксус, соль взобьем венчиком, добавим растительное масло. Сок апельсина разведем водой (1 ст. ложка сока в 7 ст. ложках воды), добавим маисовую муку, вскипятим и сразу смешаем с майонезом.

Рис, мясо, измельченные дольки апельсина перемешаем, сбрызнем соком лимона, зальем соусом и охладим.

Состав: *1 стакан риса;*
300 г говядины;
1–2 апельсина.
Для соуса: *1 желток;*
1 ч. ложка горчицы;
1 ч. ложка сахара;
1 ст. ложка уксуса;
1 ст. ложка растительного масла;
1 апельсин;
1 ст. ложка маисовой муки;
сок лимона, соль.

Салат «Шанхай» *(китайская кухня)*

«Стеклянную лапшу» (у нас она более известна под названием «фунчуза») кладем в миску, заливаем кипятком и даем постоять 3–4 минуты, пока не станет мягкой. Затем воду сливаем, лапшу ополаскиваем холодной водой и острым ножом нарезаем на кусочки.

Свинину нарезаем тонкими полосками, посыпаем солью, перцем и карри, слегка присыпаем мукой. Обжариваем в горячем масле до коричневого цвета, помешивая. Перекладываем в миску и остужаем.

Зеленый горошек, мандарины, ростки сои и бамбуковые побеги выкладываем из банок в дуршлаг, даем стечь жидкости. Бамбук нарезаем полосками, имбирь – тонкими ломтиками. Все перемешиваем, соединяем с мясом и лапшой.

Заправка: масло смешиваем с уксусом, прибавляем соевый соус, карри и перечный соус (обычно его не требуется более чем на кончике ножа). Хорошо перемешав все ингредиенты, поливаем заправкой салат и осторожно размешиваем. Даем постоять 15 минут, затем солим, перчим и снова осторожно перемешиваем.

Свинину можно заменить мясом индейки, говядины или баранины. При отсутствии фунчузы можно взять любые макаронные изделия.

Состав: *120 г «стеклянной лапши»;*

250 г филе свинины;

1 маленькая баночка (280 г) зеленого горошка;

1 маленькая баночка (200 г) консервированных мандаринов (можно заменить консервированными абрикосами или персиками);

175 г консервированных ростков сои;

225 г консервированных побегов бамбука;

1 кусочек корня имбиря длиной 5 см;

3 ст. ложки растительного масла;

порошок карри по вкусу, мука по потребности, соль, перец.

Для заправки: *2 ст. ложки растительного масла;*

2 ст. ложки винного уксуса;

2 ст. ложки соевого соуса;

1–2 ст. ложки порошка карри;

острый перечный соус по вкусу, соль, перец.

Салат из моркови со свининой *(корейская кухня)*

Морковь тонко шинкуем, добавляем соевый соус, красный и черный молотый перец, соль, все перемешиваем. Варим сахарный сироп (2 ст. ложки воды, 1 ст. ложка сахарного песка). Вливаем на сковороду растительное масло и поджариваем нарезанный репчатый лук до золотистого цвета. Свинину нарезаем брусочками и, положив в лук, обжарим. Масло с луком и свининой выложим в морковь, перемешаем, добавим кунжут, сахарный сироп, толченый чеснок и все тщательно перемешаем.

Состав: *1 кг моркови;*
200 г репчатого лука;
150 г свинины;
соль по вкусу;
10 г кунжута;
5 г черного молотого перца;
5 г красного молотого перца;
80 г растительного масла;
25 г сахарного песка;
20 г соевого соуса.

Салат из свиных почек *(японская кухня)*

Почки очищаем от пленок и жира, промываем, нарезаем соломкой, ошпариваем кипятком, откидываем на дуршлаг и охлаждаем. Листья салата необходимо перебрать, промыть и разрезать на 2–3 части.

На тарелку выкладываем листья салата, на них – почки. Поливаем соевым соусом, смешанным с маслом и уксусом.

Состав: *250 г свиных почек;*
40 г зеленого салата;
соевый соус, растительное масло, уксус.

Японский рисовый салат

Варим рассыпчатый рис, откидываем на дуршлаг и обдаем холодной водой. Мясо нарезаем кубиками, апельсины чистим от кожуры и белой кожицы, мелко нарезаем. Все продукты перемешиваем, выкладываем в салатник, поливаем соусом и лимонным соком.

Перед подачей на стол следует подержать в холодильнике.

Соус: смешиваем желток с сахаром, солью, горчицей и уксусом, как следует взбиваем венчиком, понемногу прибавляя растительное масло. Апельсиновый сок разводим водой в соотношении 1:7, размешиваем в нем кукурузную муку и доводим до кипения. Сейчас же соединяем обе смеси.

Состав: *250 г риса;*
500 мл воды;
250 г вареной или жареной говядины;
1–2 апельсина;
сок половины лимона;
соль по вкусу.
Для соуса: *1 яичный желток;*
125 г растительного масла;
1 ст. ложка уксуса;
сок 1 апельсина;
1 ст. ложка кукурузной муки;
1 ч. ложка сахара;
1 ч. ложка горчицы;
$^1/_2$ ч. ложки соли.

Холодная закуска из говядины *(корейская кухня)*

Говядину варим, остужаем и нарезаем кусочками длиной 5–6 см, шириной 1 см, толщиной 0,3 см. В мясо кладем измельченные лук и чеснок, кунжутное масло, соевый соус и хорошо перемешиваем. Огурцы разрезаем вдоль, а затем косыми дольками. Грушу чистим от кожуры и нарезаем тонкими волнистыми ломтиками, потом опускаем в несильно подсоленную воду на 2–3 минуты. В мясо кладем дольки огурцов, груши, тонко нарезанный перец, горчицу, концентрированный куриный бульон, уксус, соевый соус, соль, кунжутное масло, сахарный песок, кунжут. Все хорошо перемешиваем, ставим в холодное место на 2–3 часа.

Перед подачей на стол украшаем яйцом и орехами.

Состав на одну порцию: *100 г говядины;*
100 г огурцов;
1 груша;
20 г зеленого лука;
5 г чеснока;
3 г соли;
5 г горчицы;
3 г кунжутного (оливкового) масла;
3 г яйца (как украшение);
0,5 г кунжута;
3 г сахарного песка;
5 г соевого соуса;
5 г столового уксуса;
1 г концентрированного куриного бульона;
2 г орехов (лучше кедровых);
0,2 г красного перца (как украшение).

Салат-заливное мясной *(мексиканская кухня)*

Размягчаем желатин в холодной воде, разогреваем на слабом огне, пока не растворится. Прибавляем бульон, уксус, майонез, размешиваем до однородной массы и ставим в морозильник.

Мясо и перец мелко нарезаем. Оливки нарезаем кружочками. Все смешиваем с полузастывшей заливкой, раскладываем в формочки и ставим на холод. Готовое заливное вынимаем из формочек и подаем на листьях салата с майонезом.

Состав: *300 г отварного мяса;*
1/2 стручка сладкого красного перца;
5–6 оливок, фаршированных красным перцем;
1/2 ч. ложки майонеза;
1 ст. ложка желатина;
1,5 стакана бульона;
1/2 стакана холодной воды;
соль, листья зеленого салата.

Салат «Молдова» *(молдавская кухня)*

Сушеные грибы отварим и нарежем соломкой, вареный картофель – кусочками. Грибы и картофель смешаем с консервированной кукурузой, измельченным репчатым луком, яйцами, посолим и польем заправкой из растительного масла и уксуса.

При подаче посыплем измельченной зеленью петрушки и укропа.

Состав: *100 г сушеных грибов;*
3 картофелины;
200 г консервированной кукурузы;
2 головки репчатого лука;
2 вареных яйца;
2 ст. ложки растительного масла;
1 ст. ложка уксуса;
соль, зелень петрушки и укропа.

Салат острова Барба *(французская кухня)*

Картофель отварим, нарежем, смешаем с нарезанными зеленым и красным перцем, ветчиной и крабами, перемешаем, посолим, поперчим.

Взобьем в бутылке заправку из оливкового масла и лимонного сока, зальем подготовленные продукты, добавим нарезанные ломтиками отварные грибы, маслины и тщательно перемешаем.

Состав: *200 г картофеля;*
2 сладких перца;
50 г ветчины;
100 г крабов (креветок или раков);
50 г свежих грибов;
маслины, сок лимонный, масло оливковое, перец, соль.

Салат «Изумительный»

Вымытый зеленый лук нарезаем кусочками длиной 5–6 см. Каждый кусочек лука надрезаем с одной стороны несколько раз, но не до конца, чтобы получилась «метелочка». Эти кусочки лука кладем в холодную воду на 10–15 минут, чтобы лук «раскрылся», и откидываем на дуршлаг.

Помидоры обдаем кипятком, снимаем кожицу, удаляем основания плодоножек, семена и нарезаем крупной соломкой.

Ветчину нарезаем длинными тонкими ломтиками.

Сыр сначала режем полосками шириной 3 см, а потом – треугольниками.

Салатная заправка: смешаем йогурт, сметану, майонез, кетчуп, сахар и лимонный сок, добавляем зеленый лук, солим и перчим.

Салат заливаем заправкой и тщательно перемешиваем.

Состав: *1 пучок зеленого лука;*
3 помидора;
200 г ветчины;
200 г сыра.
Для заправки: *150 г молочного йогурта;*
2 ст. ложки сметаны;
1 ст. ложка майонеза;
3–4 ст. ложки кетчупа;
1 ч. ложка сахара;
2–3 ст. ложки лимонного сока;
1 ст. ложка нарезанного зеленого лука;
соль, молотый черный перец.

Африканский салат

Изюм замочим в воде.

Бананы нарежем ломтиками толщиной 0,5 см и смешаем с кокосом, натертым на крупной терке, мелко нарубленной ветчиной и изюмом. Затем добавим сливки и тертую цедру половины лимона. Все осторожно перемешаем. Даем постоять 30 минут и подаем на стол, украсив листьями салата.

Состав: *2 банана;*

2 ст. ложки изюма;

2 ст. ложки тертого кокосового ореха;

50 г постной ветчины;

3 ст. ложки свежих сливок;

цедра $^1/_2$ лимона.

Салат-заливное из ветчины *(мексиканская кухня)*

Желатин вместе с сахаром заливаем водой, размешиваем до полного растворения, прибавляем вино и уксус и ставим в морозильник.

Ветчину пропускаем через мясорубку. Перец и сельдерей мелко нарезаем. Все соединяем и перемешиваем. Наполовину застывшую желатиновую смесь выливаем туда же, хорошенько перемешиваем, раскладываем в формочки и ставим на холод.

Готовое заливное вынимаем из формочек и подаем на листьях салата.

Состав: *300 г вареной ветчины;*
1 стручок сладкого зеленого перца;
50 г корня или черешков сельдерея;
2 ч. ложки коричневого (неочищенного) тростникового сахара;
1 ст. ложка желатина;
$^3/_4$ стакана белого полусладкого вина;
2 ст. ложки уксуса;
$^1/_2$ стакана холодной воды; листья зеленого салата, соль.

Салат с ветчиной и макаронами

Макароны отвариваем и откидываем на дуршлаг. Ветчину и сыр нарезаем брусочками. Из ананасового компота сливаем сироп. С консервированного горошка с морковью сливаем жидкость. Помидоры разрезаем пополам и удаляем плодоножки. Все компоненты соединяем.

Салатная заправка: смешиваем уксус, соль, молотый черный перец, кефир и укроп, вливаем растительное масло и хорошо взбиваем.

Салат заливаем заправкой и даем пропитаться 30 минут.

Состав: *150 г фигурных макаронных изделий;*

100 г ветчины;

100 г твердого сыра;

1 банка (425 мл) консервированного нарезанного ананаса;

1 банка (330 г) консервированного зеленого горошка с морковью;

10 мелких помидоров.

Для заправки: *$^1/_8$ л кефира;*

2 ст. ложки уксуса;

2 ст. ложки растительного масла;

1 ч. ложка измельченного укропа;

соль и молотый черный перец по вкусу.

Салат из трех видов капусты по-корейски

Всю капусту разделяем на листья, промываем, отложив в сторону несколько крупных листьев. У остальных листьев удаляем прожилки и шинкуем.

Каждый вид капусты отдельно отвариваем несколько минут в подсоленной воде, остужаем под холодной водой, отцеживаем.

Красную капусту поливаем винным уксусом для сохранения цвета.

Готовим два соуса за 1 час до подачи к столу.

Первый соус: в небольшой миске разводим горчицу и винный уксус, постепенно добавляя оливковое масло, взбиваем, заправляем солью, черным молотым перцем по вкусу.

Соус со сливками: в небольшой миске взбиваем горчицу со сливками до получения однородной смеси, солим, слегка перчим.

На блюдо укладываем большие листы трех видов капусты.

На лист красной капусты располагаем шинкованную красную капусту, перемешанную с первым соусом и сверху посыпанную очищенными грецкими орехами.

На лист белокочанной капусты кладем шинкованную белокочанную капусту, перемешанную с половиной количества соуса со сливками и посыпанную изюмом.

На лист зеленой капусты – нарезанную зеленую капусту, перемешанную с оставшейся частью соуса со сливками, а сверху – кубики яблока, сбрызнутого лимонным соком.

До подачи на стол салат 1 час выдерживаем в холодильнике.

Состав: *по 1 среднему кочану белокочанной, зеленой и краснокочанной капусты;*

1 ст. ложка крупной соли;

3 ст. ложки винного уксуса;

100 г грецких орехов;

100 г изюма;

1 яблоко;

2 ст. ложки лимонного сока.

Для соуса: *$^1/_2$ кофейной ложечки горчицы;*

2 ст. ложки оливкового масла;

2 ст. ложки винного уксуса;

соль, черный молотый перец.

Для соуса со сливками: *1 кофейная ложечка горчицы;*

100 г и еще 2 ст. ложки свежих сливок;

соль, черный молотый перец.

Салат с квашеной капустой и фруктами

Квашеную капусту и лук мелко нарезаем, морковь и очищенные от кожуры и косточек яблоки натираем на терке. Апельсин чистим и тщательно удаляем белую кожицу, дольки отделяем друг от друга и нарезаем кусочками. Нарезанный кусочками ананас смешиваем с остальными продуктами, добавляем измельченный изюм и сахар. Выжимаем лимонный сок в салат, вливаем ананасовый сок, перемешиваем и ставим в холодильник на 1 час.

Перед подачей на стол добавляем мелко нарезанную петрушку.

Состав: *400 г квашеной капусты;*
2 головки репчатого лука;
2 моркови;
2 яблока;
1 апельсин;
4 кружочка ананаса;
100 г изюма (без косточек);
2 лимона;
4 ст. ложки ананасового сока;
2 ст. ложки сахара;
1 ст. ложка петрушки.

Салат из зимних овощей *(югославская кухня)*

Белокочанную и краснокочанную капусту шинкуем, перетираем с солью, заправляем растительным маслом и лимонным соком. Затем смешиваем с мелко нарезанными солеными огурцами, ветчиной, яблоками, морковью, яйцами, зеленью сельдерея, маслинами и дольками апельсина.

В салат можно добавить натертый сыр.

Состав: *100 г белокочанной капусты;*
100 г краснокочанной капусты;
2–3 ст. ложки растительного масла;
2 ч. ложки сока лимона;
2 соленых огурца;
50 г ветчины;
2 свежих яблока;
1 вареная морковь;
2 вареных яйца;
30 г твердого сыра; зелень сельдерея, 10 маслин;
1 апельсин;
соль.

Салат из хрустящей капусты с копченой пикшей *(корейская кухня)*

Изюм замочим в теплой воде.

Капусту нашинкуем и положим на 20 секунд в кипящую подсоленную воду, затем обдадим холодной водой и обсушим.

Грибы очистим, промоем, обсушим на полотенце, очень быстро обжарим на сковороде в сливочном масле до выкипания воды.

Помидоры очистим от кожицы и нарежем ломтиками.

Рыбу режем тонкой стружкой. В салатник кладем капусту с отцеженным изюмом, остуженными грибами. Все польем 6 ст. ложками оливкового масла и соком 2 лимонов, посолим, поперчим, украсим рыбой и ломтиками помидоров.

Состав: *1 кочан молодой зеленой капусты;*
30 г изюма;
500 г лисичек;
50 г сливочного масла;
300 г копченой пикши (филе);
2 помидора;
2 лимона;
оливковое масло, соль.

Салат из свежей капусты

Капусту тонко шинкуем, поливаем уксусом, перемешиваем и оставляем на 5 минут. Затем слегка отжимаем руками, заправляем измельченными луком и чесноком, солью, соевым соусом, перцем, кунжутом, все перемешиваем. Немного погодя вливаем масло и снова перемешиваем. В конце добавляем уксус по вкусу.

Состав: *500 г белокочанной капусты;*
30 г зеленого лука;
20 г чеснока;
10 г соли;
20 г соевого соуса;
15 г столового уксуса;
10 г растительного масла;
3 г красного молотого перца;
10 г сахарного песка;
5 г подсоленного кунжута.

Салат из поджаренной капусты *(корейская кухня)*

Капусту нарезаем на полоски длиной 5–6 см, лук – косыми частями, чеснок измельчаем. Лук слегка обжариваем на масле, затем добавляем капусту и продолжаем обжаривать на сильном огне. Когда капуста будет наполовину готова, добавляем соевый соус и тушим. Когда капуста будет почти готова, кладем оставшийся лук, чеснок, молотый красный перец, все перемешиваем и посыпаем кунжутом.

Примечание. Салат будет иметь красивый вид и получится более вкусным, если его приготовить на быстром огне.

Состав: *500 г белокочанной капусты;*
40 г зеленого лука;
15 г чеснока;
45 г соевого соуса;
25 г растительного масла;
2 г красного молотого перца;
3 г подсоленного кунжута.

Салат ассорти с трепангами

Отварной картофель и огурцы нарезаем ломтиками, смешиваем с отварными, нарезанными ломтиками трепангами, горошком, «Салатом сахалинским» и заправляем майонезом.

Состав: *50 г сушеных трепангов;*
150–200 г консервов «Салат сахалинский»;
2 картофелины;
100 г консервированного зеленого горошка (без жидкости);
1 маринованный огурец;
100 г заправки майонеза провансаль.

Салат овощной с трепангами

Отварные картофель и морковь, огурец, трепанги нарезаем кубиками. Яблоко можно нарезать продолговатыми ломтиками. Все смешиваем, добавив сельдерей и горошек, и заправляем майонезом.

Состав: *100 г сушеных трепангов;*

2 картофелины;

2 моркови;

1 яблоко;

2 ст. ложки мелко нарезанного корня сельдерея или петрушки;

$^1/_2$ стакана консервированного зеленого горошка (без жидкости);

1 соленый огурец;

$^1/_2$ стакана майонеза.

Салат рисовый с трепангами

Морковь и лук нарезаем соломкой или ломтиками и обжариваем в масле. Смешиваем овощи, рис и отварные нарезанные трепанги. Заправляем майонезом.

Состав: *100 г сушеных трепангов;*
2 стакана отварного риса;
3 моркови;
2 головки репчатого лука;
2 ст. ложки растительного масла;
$^1/_2$ стакана майонеза.

Огурцы, фаршированные трепангами

Вареные трепанги нарезаем мелкими кубиками, посыпаем мукой, солью и обжариваем на маргарине. Смешиваем обжаренные трепанги с рублеными яйцами и заправляем майонезом. Огурцы разрезаем вдоль пополам, вынимаем мякоть (можно использовать для приготовления фарша, мелко порубив ее), срезаем тонкий слой с нижней стороны для устойчивости. Отверстия огурцов заполняем фаршем. При подаче посыпаем зеленью, украшаем кружочками помидоров. Это блюдо может быть приготовлено с голотурией или кукумарией.

Состав: *3–4 огурца (свежих или соленых);*
80–100 г сушеных трепангов;
1–2 сваренных вкрутую яйца;
1 стакан майонеза;
по 1 ст. ложке муки и маргарина;
соль;
1–2 помидора.

Помидоры, фаршированные трепангами

Вареные трепанги нарезаем небольшими кусочками, смешиваем с горошком, майонезом, слегка солим. Этой начинкой фаршируем помидоры, предварительно удалив из них мякоть. Помидоры распределяем на блюдо и посыпаем мелко нарезанной зеленью.

Состав: *50–80 г сушеных трепангов;*
8 помидоров;
1 стакан консервированного зеленого горошка (без жидкости);
1 стакан майонеза, соль по вкусу.

Раки

Опускаем раков в подсоленный кипяток, добавив туда коренья и специи, и варим 15 минут. Снимаем с огня и оставляем в воде на 10 минут. Отделяем мясо, укладываем его на тарелку и поливаем лимонным соком и подсолнечным маслом или майонезом.

Состав: *10 раков;*
петрушка (корень), лист лавровый, перец горошком;
сок половины лимона;
2 ст. ложки подсолнечного масла или майонеза.

Салат из раков

Отварим раков. Сварим картофель в кожуре, очистим, охладим и нарежем тонкими ломтиками. Корень сельдерея и яблоко, очищенное от кожи и семян, натираем на терке с крупными отверстиями. Свежие огурцы нарезаем ломтиками. Мякоть клешней и освобожденные от скорлупы раковые шейки нарезаем кусочками. Добавляем зеленый горошек и все подготовленные овощи, заправляем майонезом, солью, сахаром.

Перекладываем в салатник и украшаем раковыми шейками и зелеными листиками салата.

Состав: *20 раков;*
150 г зеленого горошка (консервированного);
150 г свежих огурцов;
150 г картофеля;
50 г сельдерея;
1 крупное яблоко;
150 г майонеза;
соль и сахар по вкусу.

Салат из кальмаров с курицей

Все продукты нарезаем очень мелкими кубиками и смешиваем с майонезом.

Для приготовления салата целесообразно использовать консервированные кальмары. Консервированные натуральные кальмары до нарезания надо промыть, обсушить на сите, а затем на белой чистой бумаге или салфетке.

Состав: *200–300 г отварных или консервированных кальмаров;*

200–300 г отварного куриного мяса;

300–400 г сырых яблок;

300 г маринованных огурцов;

200 г майонеза.

Для украшения: *вареное яйцо;*

помидор или консервированный красный перец;

лимон.

Салат картофельный с кальмарами

С филе кальмара снимаем кожицу, тщательно промываем в холодной воде, отбиваем с обеих сторон и отвариваем в подсоленной воде при слабом кипении 3–5 минут, затем охлаждаем в отваре и нарезаем соломкой. Вареный картофель нарезаем ломтиками, зеленый лук промываем и шинкуем. Огурцы режем соломкой. Овощи перемешиваем с кальмарами, солим и перчим по вкусу.

Перед подачей заправляем салат сметаной и посыпаем нашинкованной зеленью.

Состав: *200 г филе кальмара;*
4–5 картофелин;
2–3 соленых огурца;
50–100 г зеленого лука;
100 г сметаны; зелень.

Салат с кальмарами *(корейская кухня)*

Кальмары нарезаем соломкой. Отварные картофель и морковь, соленые огурцы мелко нарезаем, перчим и, если нужно, солим по вкусу, все перемешиваем, заправляем майонезом.

Состав: *150–200 г вареных или консервированных кальмаров;*
3–4 вареные картофелины;
2–3 вареные моркови;
1–2 соленых огурца;
100 г зеленого консервированного горошка;
$^1/_2$ банки майонеза;
соль и молотый перец по вкусу.

Салат из кальмаров с луком

В небольшую кастрюлю вливаем разбавленный по вкусу уксус, добавляем сахар, соль, лавровый лист, 4–5 горошин душистого перца. Кипятим 3–5 минут и охлаждаем. Нарезаем тоненькими кольцами репчатый лук, промываем холодной водой. Складываем в стеклянную посуду и, залив подготовленным маринадом, ставим на холод. Разморозим мясо кальмаров в холодной воде, снимем пленку, тщательно промоем, опустим в кипящую подсоленную воду, уменьшим нагрев и варим 5 минут. Мясо кальмаров охлаждаем и нарезаем соломкой, поливаем подсолнечным маслом.

Выкладываем в салатник и покрываем маринованным луком.

Состав: *250 г кальмаров;*
2 крупные головки луковицы;
уксус, соль и сахар по вкусу.

Салат из квашеной капусты с кальмарами

Квашеную капусту, если она кислая, промоем и слегка отожмем. Лук мелко нарезаем, смешиваем с капустой, маслом, сахаром, солью. Добавляем нарезанные соломкой кальмары и снова перемешиваем.

Состав: *300 г вареных кальмаров;*
2 стакана квашеной капусты;
2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука;
полстакана растительного масла;
1 ст. ложка сахарного песка;
соль.

Винегрет с кальмарами

Отвариваем, не снимая кожицы, картофель, свеклу и морковь. Готовые овощи чистим и нарезаем. Соленые огурцы мелко режем и мелко шинкуем репчатый или зеленый лук. Размороженное мясо кальмаров очищаем от пленки, тщательно промываем и опускаем в кипящую подсоленную воду, варим 5 минут. Нарезаем кальмары соломкой, соединяем с подготовленными овощами, заправляем солью, растительным маслом и сбрызгиваем уксусом.

Состав: *250 г кальмаров;*
по 2 свеклы и моркови;
3–4 картофелины;
2–3 соленых огурца;
1 луковица (или 50 г зеленого лука);
2 ст. ложки растительного масла;
уксус, соль, сахар по вкусу.

Кальмар в маринаде

Отварного кальмара нарезаем соломкой и смешиваем с молотым красным или черным перцем, чесноком, солью и уксусной эссенцией (1 ч. ложка 80 %-ного уксуса на $^1/_2$ стакана воды для 500 г вареного кальмара). Лук чистим, нарезаем кольцами и выдерживаем в уксусно-солевом растворе (4 % соли, 2 % уксусной кислоты) 2–3 часа. Кальмар, салат из морской капусты (консервированный «Сахалинский» или «Дальневосточный»), маринованный лук, растительное масло смешиваем, укладываем в стеклянные банки, заливаем маринадной заливкой. Продукт можно хранить при –3 ˚С до 10 суток.

Маринадная заливка: в кастрюлю наливаем воду, добавляем соль и сахар, доводим до кипения, кладем крупно дробленные специи и варим, закрыв крышкой, 15–20 минут на слабом огне. Раствор выдерживаем 1–1,5 часа и охлажденный процеживаем, затем добавляем уксусную эссенцию.

Состав: *500–700 г филе кальмара;*
1 банка консервированного салата из морской капусты;
1–2 луковицы;
3–4 ст. ложки растительного масла.
Для маринада: *1 ч. ложка сахарного песка;*
2 ч. ложки соли;
2 ч. ложки уксусной эссенции;
черный перец, душистый перец, корица,
гвоздика, лавровый лист по вкусу.

Салат «Морской» *(корейская кухня)*

Отварим грибы в подсоленной воде 20–30 минут, откинем на дуршлаг, остудим. Сельдерей сварим до мягкости, очистим и мелко порежем. Также нарезаем соленый огурец, грибы, яйца, крабовое мясо, добавляем измельченные орехи, ягоды клюквы. Все смешиваем с майонезом. Выкладываем в вазочку и украшаем кружочками вареных яиц.

Состав: *1 банка консервированных крабов (можно заменить крабовыми палочками);*

2 яйца;

1 соленый огурец;

200 г белых грибов;

10 г грецких орехов; сельдерей;

несколько ягод клюквы;

1 банка майонеза.

Коктейль из крабов по-корейски

Крабов размельчаем, сельдерей промываем и нарезаем соломкой. В салатнике тщательно перемешиваем крабов, сельдерей, майонез, заправленный соком лимона, коньяком и кетчупом. Подаем к столу в очень холодном виде.

Состав: *1 баночка крабов;*
1 корень сельдерея;
1 чайная чашка майонеза;
сок 1 лимона;
3 ст. ложки кетчупа;
2 ст. ложки коньяка.

Салат из крабов с маринованными овощами и фруктами

Вынимаем мясо крабов из баночки, удаляем костные пластинки и нарезаем. Мелко шинкуем репчатый лук, нарезаем тонкими ломтиками маринованные грибы и корнишоны. У маринованных плодов удаляем косточки, крупные плоды разрезаем. Все смешиваем и заправляем майонезом, сахаром и солью.

Выкладываем горкой в салатник, сбрызгиваем лимонным соком и украшаем кусочками крабов, зелеными листиками салата и дольками яиц.

Состав: *2 банки крабов;*

полбанки майонеза;

2 ст. ложки лимонного сока;

1 луковица;

по 100 г маринованных овощей, фруктов (корнишоны, сливы, вишня, яблоки) и грибов;

2 сваренных вкрутую яйца;

листья зеленого салата, соль и сахар.

Салат из крабов с овощами по-корейски

Картофель и морковь отварим и нарежем. Мясо крабов разделим на волокна. Яйца мелко порубим. Все компоненты соединим, заправим соком крабов, майонезом и перемешаем. В салат можно добавить немного натертого сыра.

Состав: *1 банка крабов или креветок;*
2 картофелины;
2 моркови;
3–4 ст. ложки консервированного зеленого горошка;
3–4 сваренных вкрутую яйца;
1 банка майонеза;
по желанию немного натертого сыра.

Крабы с зеленым салатом по-японски

Подготовленный (перебрать, промыть) зеленый салат разрезаем на 2–3 части. У крабов удаляем костные пластинки. Листья салата выкладываем на салатницу, на них – крабов. Поливаем соевым соусом, смешанным с маслом и уксусом.

Состав: *150 г консервированных крабов;*
50 г зеленого салата;
30 г соевого соуса;
20 г растительного масла;
уксус.

Салат из крабов (или раковых шеек) под майонезом

Кусочки крабов освобождаем от пластинок и нарезаем одинаковыми ломтиками (клешни и шейки вареных раков чистим от скорлупы и мелко нарезаем). Подготовленную спаржу отвариваем в подсоленной воде, остужаем, нарезаем кусочками. Затем соединяем с крабами (раковыми шейками), заправляем майонезом, чуть подсаливаем.

Подаем в салатнице, украсив зеленью.

Состав: *300 г консервированных крабов или 15 шт. раков;*
800 г спаржи;
1 банка майонеза;
укроп, петрушка (зелень), соль.

Салат из крабов или креветок с яблоками *(корейская кухня)*

Мясо крабов разделим на отдельные волокна (как лапшу), оставив целыми крупные куски с красноватой окраской для украшения. Яблоки очистим и натрем на мелкой терке, соединим с размельченными крабами (креветками). Добавим лимонный сок и майонез. Перемешаем. Уложим салат горкой, украсим кусочками крабов.

Состав: *1 банка консервированных крабов или креветок;*
1 большое яблоко;
сок $^1/_4$ лимона;
$^1/_2$ банки майонеза.

Салат из креветок (или крабов)

Креветки отварим, предварительно промыв холодной водой. Воду доводим до кипения, солим, прибавляем мелко нарезанную морковь, зелень петрушки (или укропа), лавровый лист, перец горошком, а после закипания – креветки. Посуду закрываем крышкой, воду быстро (на сильном огне) доводим до кипения, убавляем огонь и продолжаем варку при слабом кипении (сырые креветки варим 10–12 минут, вареные – 3–5 минут). Оставляем креветки в отваре на 5–10 минут, а затем чистим от панцирей.

Промытые листья салата разрезаем на части, оставив несколько для украшения, укладываем их горкой в середине салатника. Вокруг красиво размещаем нарезанные кружочками огурцы, яйца, яблоки (или помидоры), кочешки отваренной цветной капусты, зеленый горошек. Креветки кладем поверх горки зеленого салата.

При подаче слегка поливаем майонезом и посыпаем укропом.

Так же можно приготовить салат из крабов.

Состав: *100 г креветок;*
2 моркови;
2 помидора (или яблока);
1 огурец;
2 яйца, сваренных вкрутую;
50 г зеленого горошка;
100 г цветной капусты;
50 г зеленого салата;
$^1/_2$ банки майонеза;
2 ст. ложки укропа.

Для варки креветок: *морковь, петрушка (зелень) или укроп, лист лавровый, перец черный молотый, соль.*

Салат из креветок

Отварим креветки, очистим от панцирей, сбрызнем лимонным соком. Вареный картофель и сваренное вкрутую яйцо нарезаем ломтиками, добавляем зеленый горошек и креветки (несколько штук оставить для украшения). Заправляем майонезом и солью, осторожно перемешиваем, выкладываем в салатник. Украшаем листьями зеленого салата, располагая их букетом посередине салата. Вокруг размещаем вперемежку кружочки вареного яйца и креветки.

Этот салат можно приготовить и из консервированных креветок. В этом случае используют 2 банки консервов, а количество остальных продуктов уменьшают на треть.

Состав: *400 г отварных креветок;*
4 картофелины;
2 яйца;
150 г зеленого горошка;
150 г майонеза;
листья зеленого салата, соль и лимонный сок по вкусу.

Салат из креветок в коричневом соусе *(корейская кухня)*

Креветки варим, чистим от панцирей и нарезаем ломтиками. Зеленый лук и имбирь нарезаем соломкой и перемешиваем. Выкладываем креветки на тарелку горкой, посыпаем приправой из лука и имбиря, поливаем соевым соусом, смешанным с кунжутным маслом, концентрированным куриным бульоном без специй, рисовой водкой.

Соевый соус (25 г) подают отдельно.

Состав на 1 порцию: *16 г креветок;*
5 г свежего имбиря;
5 г кунжутного (оливкового) масла;
2 г рисовой водки;
30 г соевого соуса;
13 г зеленого лука;
5 г столового уксуса;
0,5 г концентрированного куриного бульона.

Салат из креветок с патиссонами и маринованными грибами

Отваренные креветки чистим от панцирей, сбрызгиваем лимонным соком. Вареный картофель, патиссоны и маринованные грибы (без сока) нарезаем тонкими ломтиками. Все смешиваем, заправив майонезом, сахаром и солью, и выкладываем в салатник. Украшаем креветками и дольками сваренного вкрутую яйца, перемежая их зелеными веточками петрушки.

Вместо вареных креветок можно использовать 1–2 банки консервированных. Ввиду того что патиссоны и маринованные грибы обладают кисловатым вкусом, в салат следует добавить сахар.

Состав: *250 г креветок;*
2 вареные картофелины;
по 150 г патиссонов и маринованных грибов;
1 яйцо;
125 г майонеза;
зелень, лимонный сок, сахар и соль по вкусу.

Салат с цветной капустой и мясом креветок

Отварную капусту разбираем на мелкие соцветия, помидоры и огурец нарезаем тонкими ломтиками. Смешиваем подготовленные овощи, горошек, мясо креветок и заправляем майонезом.

Состав: *130 г консервов «Мясо антарктической креветки салатное»;*

300 г цветной капусты;

3 помидора;

1 свежий огурец;

$^1/_2$ стакана консервированного зеленого горошка (без жидкости);

$^1/_2$ стакана майонеза.

Салат-коктейль из креветок и шампиньонов

Салатная заправка: тщательно взбиваем горчицу с оливковым маслом, добавляем подсолнечное рафинированное масло, не прекращая взбивать, вливаем уксус, бульон из кубиков «Магги», солим, перчим и взбиваем до состояния однородной массы.

Зелень укропа режем мелко, помидоры разрезаем на дольки. Авокадо чистим от кожуры, отделяем косточку, нарезаем полукольцами и обмакиваем в салатную заправку.

Свежие шампиньоны чистим, нарезаем тонкими пластинками и обжариваем.

Консервированные креветки отбрасываем на дуршлаг и даем стечь маринаду. Креветки смешиваем с соком из лососевых консервов, с зеленью укропа и шампиньонами.

Салат кучерявый разделяем на листы, тщательно промываем, высушиваем, раскладываем в пиалы и сбрызгиваем салатной заправкой. Затем все подготовленные продукты (салат, авокадо, грибы, помидоры) распределяем на порции в каждую пиалу. В центр каждой порции кладем горкой креветки и поливаем майонезом.

Состав: *2 помидора;*
1 авокадо;
пучок укропа;
250 г шампиньонов;
1 банка консервированных креветок;
1 банка лосося консервированного (сок);
$^1/_2$ банки майонеза.
Для заправки: *0,5 ст. ложки горчицы;*
50 г оливкового масла;
50 г подсолнечного рафинированного масла;
1 ч. ложка уксуса;
0,25 стакана бульона из кубиков «Магги»;
перец черный молотый, соль.

Салат из лангустов и стручковой фасоли *(корейская кухня)*

Стручковую фасоль отварим в подсоленной воде, остудим. Лангусты также отварим в подсоленной воде 7 минут, очистим от панциря, нарежем кусочками.

Сделаем соус из горчицы, винного уксуса и оливкового масла, пропустим через миксер с несколькими кусочками лангустов до получения однородной массы, посолим, поперчим, посыплем щепоткой острого перца.

На 4 тарелки положим листья латука, на них – стручковую фасоль, затем – массу из лангустов, польем приготовленным соусом.

Состав: *2 лангуста (по 500 г);*

200 г стручковой фасоли;

250 г оливкового масла;

винный уксус, острый перец, 1 ст. ложка горчицы, салат-латук, соль, черный молотый перец.

Салат картофельный с лангустами

Кусочки вареных лангустов смешаем с рубленым яйцом, сваренным вкрутую, ломтиками или кубиками отварного картофеля, горошком и заправим.

Состав: *200 г лангустов;*
4 картофелины;
1 яйцо;
$^1/_2$ стакана консервированного зеленого горошка;
$^1/_2$ стакана майонеза.

Мидии в соусе

Отварим мидии в раковинах, добавив в отвар луковицу, лавровый лист и соль. Когда раковины раскроются, вынимаем мидии из отвара, освобождаем от раковин и складываем в салатник.

Разотрем с маслом муку, разведем отваром или горячей водой. Проварим 10 минут, снимем с огня, заправим сливочным маслом и лимонным соком. Зальем этим соусом мидии, посыплем измельченной зеленью петрушки.

Состав: *25 мидий;*
1 луковица;
1 лавровый лист;
по 1,5 ст. ложки муки и сливочного масла;
соль по вкусу.
Для соуса: *1 ст. ложка масла;*
лимонный сок и соль по вкусу.

Мидии под майонезом с горчицей

Отваренные, как указано в предыдущем рецепте, мидии чистим от раковин, охлаждаем, солим, перчим, заливаем майонезом, смешанным с готовой горчицей, и перемешиваем. Выкладываем в салатник, украшаем полосками маринованного красного перца и веточками зелени петрушки. Эту закуску можно гарнировать сваренными вкрутую яйцами и свежими огурцами и помидорами. В этом случае ее можно подать на блюде.

Состав: *20–25 мидий;*
100 г майонеза;
1 ч. ложка готовой горчицы;
50 г маринованного сладкого перца.

Салат картофельный с мидиями

Мидии, отварной картофель, огурцы нарезаем тонкими ломтиками, смешиваем и заправляем майонезом.

Состав: *200 г отварных мидий;*

4 картофелины;

2 соленых огурца или 2 стакана квашеной капусты;

1 стакан майонеза.

Салат с мидиями

Мелко нарезанные мидии смешиваем с рисом, зеленым горошком, рубленым яйцом и заправляем майонезом.

Состав: *150 г вареных мидий;*

1 стакан отварного риса;

$^1/_2$ стакана консервированного зеленого горошка (без жидкости);

1 сваренное вкрутую яйцо;

$^1/_2$ стакана майонеза.

Винегрет с мидиями и грибами

Отварные свеклу, картофель, морковь нарезаем кубиками. Мидии, грибы и лук режем тонкими ломтиками. Все смешиваем, заправляем майонезом и посыпаем зеленым луком.

Состав: *200 г вареных мидий;*

1 свекла;

1 стакан соленых грибов;

2 картофелины;

1 морковь;

1 головка репчатого лука;

3 ст. ложки нарезанного зеленого лука;

1/2 стакана салатной заправки (смешанные растительное масло, соль, уксус и сахар по вкусу).

Плакия из мидий

Мидии промываем в нескольких водах, варим в подсоленной воде и вынимаем из скорлупы. Нарезаем мелко лук, сельдерей и чеснок. Поджариваем их в подсолнечном масле, добавляем муку и хорошо прожариваем. Насыпаем красный молотый перец, кладем томат-пюре, размешиваем и разводим соус отваром, в котором варились мидии. Как только соус закипит, опускаем туда мидии.

Выкладываем все в форму и распределяем сверху ломтики лимона. Плакию запекаем и подаем в холодном виде.

Состав: *1 кг мидий;*
4–5 шт. репчатого лука;
1 корень сельдерея;
5–6 долек чеснока;
0,75 стакана подсолнечного масла;
1 ч. ложка красного молотого перца;
2 ст. ложки муки;
2 ст. ложки томата-пюре;
4–5 ломтиков лимона; соль.

Помидоры, фаршированные морским гребешком и грибами

Морской гребешок, грибы, мелко нарезанный лук смешиваем, солим по вкусу и заправляем сметаной. Этой начинкой фаршируем помидоры, предварительно удалив из середины мякоть. Помидоры размещаем на блюде, поливаем майонезом и посыпаем зеленью.

Состав: *1 стакан мелко нарезанного вареного морского гребешка;*

8 помидоров;

1 стакан рубленых вареных грибов;

1/2 головки репчатого лука;

1/2 стакана сметаны;

1/2 стакана майонеза;

1 ч. ложка мелко нарезанной зелени петрушки, соль.

Заливное из мускула гребешка

Отварим до мягкости мускул морского гребешка в небольшом количестве пряного отвара. Нарежем мускул крупными ломтиками. Выложим на блюдо, украсим сверху кружочками яйца, ломтиками лимона. Процедим отвар и, добавив в него размоченный в теплой воде желатин, вскипятим, охладим до комнатной температуры, зальем им мускул гребешка и поставим на холод.

Состав: *400–500 г мускула гребешка;*
2 яйца;
$^1/_2$ лимона;
2 ч. ложки желатина; соль по вкусу.
Для пряного отвара: *$^1/_2$ моркови;*
$^1/_2$ корня петрушки;
$^1/_2$ луковицы;
1 лавровый лист;
3–5 горошин перца.

Устрицы

Промытые раковины устриц перед подачей к столу необходимо приоткрыть, снять верхнюю створку, а устрицу вместе с другой створкой опустить в холодную воду, в которую добавить соль и лед. Подать на блюде с мелко наколотым льдом. Отдельно – лимон, нарезанный кусочками, удобными для отжимания из них сока. В пищу годны устрицы только в закрытых раковинах.

Раковины живых устриц вскрываем, плоскую створку отделяем и удаляем. Мясо устрицы на глубокой створке промываем холодной кипяченой водой, подрезаем острием ножа, отделяя мясо устрицы от раковины, и оставляем на створке.

Подаем устрицы к столу в створках. В вазу обязательно кладем кусочки пищевого льда. Покрываем его полотняной салфеткой, на которой разложены веером раковины с устрицами. В центре помещаем лимон со срезанной верхушкой или подаем лимон, нарезанный дольками, отдельно на тарелке.

Перед употреблением устриц в раковину отжимают немного лимонного сока.

Состав: *10 устриц;*
1 лимон.

Устрицы с пикантным соусом

Соус заправляем луком, корнем сельдерея и хреном, добавляем по вкусу несколько капель лимонного сока и сахара. Тщательно перемешиваем (можно миксером).

Промываем устрицы в холодной воде и открываем раковины. Выкладываем на блюдо, украшенное листиками зеленого салата или веточками зелени петрушки. Отдельно подаем подготовленный соус.

Помните, что в пищу пригодны только безукоризненно свежие устрицы.

Состав: *35–40 устриц;*
200 г готового томатного соуса «Южный»;
1 ст. ложка натертого хрена;
1 ст. ложка мелко нашинкованного репчатого лука;
1 ст. ложка натертого корня сельдерея;
соль по вкусу.

Миноги

Жареные миноги нарезаем на кусочки. Хрен заправляем солью и сахаром, вливаем уксус и растительное масло. Нарезаем тонкими кольцами репчатый лук, промываем его в холодной кипяченой воде.

В блюдо укладываем миноги, сверху – лук, заливаем хреном. Можно украсить зеленым луком или кружочками свежих огурцов и помидоров.

Состав: *500 г миног;*
120 г репчатого лука;
2 ст. ложки уксуса;
2 ст. ложки растительного масла;
1 ч. ложка тертого хрена; сахар, соль.

Миноги в горчичном соусе

Удаляем у миног головы, разрезаем поперек на куски и укладываем в салатник овальной формы. Сверху распределим кольца сладкого репчатого лука или мелко нарезанный зеленый лук.

Подаем миноги с горчичной заправкой для сельдей.

Состав: *75 г миног;*

35 г горчичной заправки;

25 г зеленого лука.

Омары с приправой из артишоков

Омары на 1 минуту опускаем в подсоленную кипящую воду и остужаем. Отделяем голову и хвост. Разделяем тушки вдоль пополам, смазываем оливковым маслом, слегка солим и грилируем.

Артишоковые цветочные головки варим и разделяем пополам. Мелко нарезанный лук и измельченный чеснок обжариваем в сливочном масле. Добавляем к луково-чесночной смеси артишоки, вливаем оливковое масло и перемешиваем. Солим, перчим, сбрызгиваем лимонным соком. Еще раз перемешиваем.

Картофель варим в кожуре, остужаем, очищаем, разрезаем на половинки и грилируем.

Артишоковую приправу раскладываем на тарелки. На каждую тарелку кладем 1 половинку омара и обкладываем картофелем.

Состав: *4 омара;*
4 ст. ложки оливкового масла;
соль.

Для приправы: *16 цветочных головок артишоков;*
1 долька чеснока;
2 шт. лука-шалота;
1,5 ст. ложки сливочного масла;
2 ст. ложки оливкового масла;
сок 2 лимонов;
6 картофелин;
черный молотый перец, соль.

Омары с чили-апельсиновым соусом

Омары разрезаем вдоль, вычищаем и раскрываем клешни.

Маринад: снимаем кожуру с лимона и апельсина, выдавливаем сок, добавляем оливковое масло и хорошо перемешиваем.

Кладем омары в маринад для пропитки на час.

Баклажаны нарезаем поперек ломтиками средней толщины, цуккини – вдоль, смазываем оливковым маслом и грилируем.

Солим и перчим.

Соус: кожуру апельсинов натираем, мякоть выдавливаем. Сок вместе с натертой цедрой, майонезом и чили тщательно перемешиваем, добавляем соль.

Состав: *4 свежих омара.*

Для маринада: *2 лимона;*

1 апельсин;

5 ст. ложек оливкового масла;

1 баклажан;

1 цуккини;

4 ст. ложки оливкового масла (для смазывания баклажанов);

перец черный молотый, соль.

Для соуса: *150 г майонеза;*

2 ч. ложки чили;

3 апельсина;

соль.

Плакия из улиток

Промываем улиток и варим. Морковь, корень сельдерея, лук, чеснок нарезаем, тушим с добавлением воды, добавляем черный перец горошком, лавровый лист и муку, разведенную в холодной воде. Сверху укладываем ломтики помидоров и лимонов. Солим, поливаем подсолнечным маслом и тушим до готовности в кастрюле или запекаем в духовом шкафу.

Подаем в холодном виде.

Состав: *1,5 кг улиток;*
2–3 моркови;
1 корень сельдерея;
2 головки репчатого лука;
5–6 долек чеснока;
5–6 ст. ложек жира;
2–3 ст. ложки воды;
1 ст. ложка муки;
2 лаврового листа;
5–6 горошин перца черного;
соль.

Салат из пшеничной крупы *(индийская кухня)*

Наливаем воду в 2-литровую тяжелую кастрюлю и доводим до кипения. Закладываем крупу, горох, соль, черный перец. Снимаем кастрюлю с огня и оставляем на полчаса. За это время вода впитается в зерна. (Если останется излишек воды, слить его.) Когда салат остынет, перекладываем его в миску и осторожно перемешиваем с оставшимися компонентами. Украшаем кружочками сладкого перца.

Подавать салат теплым или охлажденным.

Состав: *1 стакан крупной пшеничной крупы;*

$^1/_2$ стакана свежего гороха;

1,5 стакана воды;

по $^1/_2$ ч. ложки соли, молотого черного перца;

1 стакан нарезанной петрушки;

$^1/_4$ стакана мелко нарезанной свежей мяты (или 1 ст. ложка сушеной);

2 помидора, разрезанные на 8 долек;

$^1/_4$ стакана растительного масла;

$^1/_2$ стручка очищенного от семян и измельченного красного перца;

кружки сладкого перца для украшения.

Салат из молодого красного перца по-корейски

Терпкий вкус салата позволяет использовать его как приправу или как гарнир к отварному рису.

Из перца удаляем семена, тонко его шинкуем, ошпариваем в 0,5 %-ном растворе соли. Лук шинкуем, чеснок измельчаем. Вынимаем перец из подсоленной воды, заправляем луком, чесноком, соевым соусом, концентрированным куриным бульоном, прокипяченным маслом, кунжутом и уксусом.

Состав: *200 г молодого красного перца;*
3 г соли;
10 г зеленого лука;
5 г чеснока;
10 г растительного масла;
2 г кунжута;
2 г столового уксуса;
20 г соевого соуса;
0,5 г концентрированного куриного бульона.

Арабский фруктово-овощной салат

Картофель и морковь варим, чистим и нарезаем кубиками или соломкой. Яблоко, апельсин и огурцы чистим и нарезаем ломтиками. Все соединяем, приправляем майонезом, лимонным соком и сахаром, выкладываем горкой в миску и украшаем ломтиками лимона.

Состав: *по 1 яблоку и апельсину;*
по 1 средней картофелине и крупной моркови;
2 средних огурца;
1,5 ч. ложки сахара;
4 ст. ложки майонеза;
1 ст. ложка лимонного сока;
несколько ломтиков лимона.

Мункачина *(арабская кухня)*

Апельсины и лук очистим и нарежем тонкими ломтиками. Прибавим оливки, приправим маслом, солью и перцем, перемешаем.

Состав: *3 апельсина;*
2 луковицы;
50 г оливок без косточек;
растительное масло, соль и молотый черный перец.

Салат из капусты с мятой и арахисом *(корейская кухня)*

Верхние листы капусты удаляем, остальные натираем на мелкой терке в миску, солим, заливаем 100 мл винного уксуса и оставляем на 2 часа.

Орехи пропускаем через мясорубку. Листья мяты измельчаем. В салатнике приготавливаем уксусный соус из 100 г арахисового масла, 3 ст. ложек винного уксуса, соли и жгучего перца, добавляем процеженную капусту, маслины, мяту и орехи. Все тщательно перемешиваем.

Состав: *1 кочан капусты;*
100 мл винного уксуса;
20 листиков свежей мяты;
50 г жареного арахиса;
24 небольшие маслины;
100 г арахисового масла;
3 ст. ложки винного уксуса;
щепотка соли;
жгучий перец на кончике ножа.

Салат из арахиса по-египетски

Очищенный от шелухи арахис растолчем. Помидоры очистим от кожицы и нарежем небольшими кубиками. Лук мелко нарубим. Все ингредиенты смешаем, приправим солью и перцем, перемешаем и дадим настояться.

Состав: *150 г арахиса;*
4 помидора;
1 луковица;
соль и молотый красный перец.

Салат с арахисом *(корейская кухня)*

Очистим и промоем кресс-салат, отцедим, обсушим, положим в салатник с арахисом и заправим перечисленными компонентами по вкусу.

Состав: *100 г кресс-салата;*
50 г очищенного арахиса;
растительное масло, соль, черный молотый перец.

Салат из баклажанов с чесноком *(восточная кухня)*

Баклажаны чистим, разрезаем пополам вдоль и варим на пару. Даем им остыть и нарезаем соломкой, прибавляем соевый соус, кунжутное масло, порошок глютамата натрия и уксус. Все перемешиваем, выкладываем горкой в миску и посыпаем мелко нарубленным чесноком. Отдельно подаем соевый соус.

Состав: *1–2 баклажана (общим весом около 800 г);*
4–6 зубчиков чеснока;
4–5 ст. ложек кунжутного масла;
120 г соевого соуса;
3 ч. ложки уксуса;
$^1/_2$ ст. ложки порошка глютамата натрия.

Салат из свежих огурцов по-корейски

Молодые огурцы натираем крупной солью и тут же обмываем в воде. Разрезаем их вдоль на две половинки, а затем на кусочки толщиной 0,2 см в виде листьев ивы или полулуны. Добавляем уксус, соевый соус, нашинкованный лук, измельченный чеснок, кунжут, равномерно размешиваем и, выложив на тарелку, посыпаем тонко нарезанным красным перцем.

Состав: *500 г огурцов;*
10 г чеснока;
20 г столового уксуса;
10 г соли;
30 г зеленого лука;
20 г соевого соуса;
0,4 г тонко нарезанного красного перца;
0,5 г подсоленного кунжута.

Бобовый салат *(турецкая кухня)*

Отварим замоченные накануне бобы, охладим. Добавим мелко нарезанные луковицу и зелень.

Соединим масло, лимонный сок, соль, перец и тщательно перемешаем. Польем этой смесью салат и украсим дольками помидора и яиц.

Состав: *250 г крупных красных бобов;*
4 ст. ложки оливкового масла;
сок 1 лимона; 1 луковица;
1 помидор;
2 сваренных вкрутую яйца;
зелень петрушки, укроп, мята, перец, соль.

Салат обычный по-корейски

Латук чистим, оборвав листья, промываем, обсушиваем, кладем в салатник и ставим в холодное место.

С апельсина снимаем цедру и белую пленку, мякоть нарезаем тонкими ломтиками.

Лимон выжимаем, сок перемешиваем со сливками, солью и перцем.

В момент подачи на стол выкладываем ломтики апельсина на листья латука, поливаем соусом.

Состав: *1 салат-латук;*
1 крупный апельсин;
1 лимон;
50 г свежих сливок;
соль, черный молотый перец.

Гуакамоле *(мексиканская кухня)*

Очищенные от кожицы авокадо разминаем вилкой, не доводя до состояния пюре. Помидоры и лук мелко нарезаем. Бекон обжариваем до хрустящего состояния и также мелко нарезаем. Смешиваем все компоненты и подаем на стол.

Примечание. Если гуакамоле оставлено «на потом», оно может потемнеть. Чтобы этого не случилось, нужно положить в него косточки от авокадо, герметично закрыть (можно обернуть посуду полиэтиленовым пакетом) и поставить в холодильник.

Состав: *2 крупных спелых авокадо;*
1 ломтик бекона;
1/4 небольшой луковицы;
1 помидор;
1 ст. ложка сока лайма или лимона;
1 щепотка красного сладкого или острого перца;
1/4 чайной ложки соли.

Салат овощной со сливками по-корейски

Очистим редис, промоем, обсушим, нарежем кружочками.

Промоем и обсушим листья салата.

Артишоки отцедим, сполоснем теплой водой, остудим и отцедим.

Очистим огурец, разрежем вдоль на 4 части, удалим семена и нарежем небольшими кусочками.

Авокадо разрезаем пополам и нарезаем тонкими ломтиками.

Соус: тщательно перемешаем горчицу, сок лимона, сливки, соль, черный молотый перец.

На дно салатника выкладываем листья салата, на середину размещаем все овощи, поливаем соусом, перемешиваем перед подачей на стол.

Состав: *1 небольшой пучок редиса;*

1 небольшой свежий огурец;

1 банка консервированных артишоков;

1 крупный плод авокадо;

сок 1 лимона;

1 десертная ложка острой горчицы;

100 г свежих сливок;

несколько листьев салата, соль, черный молотый перец.

Салат из авокадо с мандаринами *(корейская кухня)*

Авокадо разрезаем на 2 части и удаляем семена, снимаем кожицу, а мякоть нарезаем ломтиками. Мандарины чистим и разделяем на дольки. Помидоры нарезаем тонкими кружочками. Блюдо покрываем листьями латука, сверху раскладываем ломтики помидоров, авокадо, дольки мандаринов и посыпаем мелко нарезанной зеленью петрушки.

Подаем с соусом, приготовленным из указанных компонентов.

Состав: *5 авокадо;*
5 мандаринов;
1 помидор;
12 листьев латука;
1 пучок зелени петрушки.
Для соуса: *3 кофейные ложечки острой горчицы;*
1,5 ст. ложки винного уксуса;
8 ст. ложек растительного масла;
соль, черный молотый перец.

Салат из авокадо *(мексиканская кухня)*

Помидор, перец, сельдерей и лук мелко нарезаем. Отложив 6 маслин для украшения, остальные нарезаем колечками. Сыр измельчаем вилкой. Все соединяем, прибавляем кукурузу и горошек, заправляем, солим, хорошо перемешиваем и ставим в холодильник на 1 час.

Авокадо разрезаем пополам (вдоль), чистим от кожуры и вынимаем косточку. Сбрызнув лимонным соком, раскладываем половинки авокадо на блюдо, выстланное листьями салата, наполняем выемки салатом и украшаем маслинами.

Состав: *3 авокадо;*
1 помидор;
1 стручок сладкого зеленого перца;
100 г корня сельдерея;
1 небольшая луковица;
по 50 г отварной (консервированной) кукурузы
и зеленого горошка;
15 маслин без косточек;
50 г сыра рокфор;
100 г французской заправки (смеси оливкового масла и уксуса);
1 ст. ложка сока лайма или лимона;
соль, листья зеленого салата.

Салат из авокадо, папайи и креветок *(мексиканская кухня)*

Авокадо и папайю чистим от кожуры и нарезаем кубиками, перец – длинными тонкими полосками, лук – кружочками, клубнику разрезаем пополам.

Авокадо, папайю, креветки, перец и семечки складываем в большую миску, прибавляем французскую заправку и как следует перемешиваем.

Подаем на тарелках, выстланных листьями салата, украсив сверху кружочками лука и половинками клубники.

Состав: *4 авокадо средних размеров;*

$^1/_4$ папайи средних размеров;

400 г очищенных вареных креветок;

1 стручок острого перца;

$^1/_2$ стакана очищенных семечек подсолнечника;

$^1/_2$ красной луковицы;

5–6 ягод клубники;

150 г французской заправки (смеси оливкового масла и уксуса);

листья зеленого салата, несколько ягод клубники для украшения.

Салат из авокадо

Авокадо чистим, разделяем пополам и удаляем косточки. Нарезаем мякоть ломтиками и складываем в миску. Добавляем очищенные и нарезанные кубиками

апельсины, крупно нарезанные листья салата, вливаем оливковое масло, прибавляем нарезанный соломкой лук, измельченную зелень купыря и все хорошенько перемешиваем. Приправляем солью и перцем.

Состав: *2 спелых авокадо;*
2 апельсина;
0,25 головки салата;
5 ст. ложек оливкового масла;
1 головка красного репчатого лука;
3 веточки купыря;
перец и соль.

Салат «Веселый» *(корейская кухня)*

В кастрюлю наливаем 1,5 л воды, кипятим, погружаем помидоры на 10 секунд, споласкиваем холодной водой, чистим от кожицы и разрезаем на 4 части.

Яйца отварим вкрутую, остудим и очистим от скорлупы, разрежем на 2 части, отделив белки от желтков; белки режем тонкой соломкой, желтки измельчаем вилкой.

Цикорий чистим и промываем, выжимаем в него лимон.

Острым ножом отрезаем листья артишоков, головки разрезаем на 4 части, кладем в миску, поливаем соком лимона.

Сладкий перец промываем, обсушиваем, разрезаем на 2 части, удаляем семена, нарезаем тонкой соломкой.

Цикорий отцеживаем, укладываем на дно салатника, далее кладем слоями помидоры, перец, артишоки, посыпаем белками и желтками. Ставим на некоторое время в холодильник.

Соус: миксером перемешиваем горчицу, соль, черный перец, уксус, растительное масло.

Перед подачей на стол салат поливаем соусом.

Состав: *1 шт. кудрявого цикория;*
4 помидора;
3 очень нежных артишока;
2 стручка сладкого зеленого перца;
3 сырых яйца;
1 кофейная ложечка горчицы;
2 ст. ложки уксуса;
растительное масло;
1 лимон;
соль, черный молотый перец.

Салат из фруктов и овощей *(японская кухня)*

Кусочки ананаса, некрупно нарезанные помидоры, дольки апельсина (очищенные от семян и разрезанные пополам), мелко нарезанный имбирь смешиваем с сахарным песком, солью, соком лимона и ставим в холодильник.

Перед подачей выкладываем все на листья салата и поливаем смесью из сливок, сока лимона, соли и сахарного песка.

Состав: *1 банка консервированных ананасов;*
3 помидора;
2 апельсина;
сок 1 лимона;
соль на кончике ножа;
неполная ч. ложка сахарного песка;
зеленый салат;
2–3 ст. ложки сливок;
$^1/_2$ ч. ложки имбиря.

Салат из персиков с сыром *(мексиканская кухня)*

Персики разрезаем пополам, вынимаем косточки и укладываем каждую половинку на лист салата. Наполняем выемки размятым вилкой сыром, слегка поливаем французской заправкой и посыпаем толчеными орехами.

Состав: *3 крупных персика;*
200–250 г мягкого белого сыра или творога;
3 грецких ореха;
французская заправка (смесь оливкового масла и уксуса);
листья зеленого салата.

Мексиканский овощной салат

Картофель и морковь чистим, нарезаем кубиками, отвариваем, не давая размягчиться, отцеживаем. Прибавляем нашинкованный сельдерей, мелко нарезанный перец и маслины, нарезанные кружочками. Все хорошенько перемешиваем. Подаем, остудив до комнатной температуры. Сверху каждую порцию украшаем целой маслиной.

Состав: *300 г картофеля;*
2–3 моркови;
200 г отварного (консервированного) зеленого горошка;
250 г сметаны;
250 г майонеза;
1 крупный черешок сельдерея;
1 стручок острого маринованного перца;
несколько оливок или маслин без косточек;
4 ч. ложки горчицы;
3 ст. ложки сока острого перца;
соль.

Салат праздничный *(корейская кухня)*

В миску кладем изюм, заливаем коньячным ликером, 1 ст. ложкой теплой воды и оставляем вымачиваться 1 час.

Кресс-салат перебираем, отрезаем стебель, листья хорошо промываем и отцеживаем.

Промываем и отцеживаем латук, нарезаем тонкой соломкой, кладем в салатник вместе с кресс-салатом.

Изюм отцеживаем. В настой из-под изюма добавляем горчицу, жгучий перец, соль, черный молотый перец, растительное масло, уксус и тщательно перемешиваем.

В салатник добавляем изюм, миндаль, поливаем соусом, перемешиваем и тут же подаем к столу.

Состав: *1 пучок кресс-салата;*
1 салат-латук;
1 стакан коньячного ликера;
100 г изюма;
100 г очищенного миндаля;
1 кофейная ложечка горчицы;
1 ст. ложка уксуса;
3 ст. ложки орехового масла (по возможности);
1 щепотка измельченного жгучего перца;
соль, черный молотый перец.

Римский салат из сельди

Помидоры, грибы, сельдь и лук нарезаем небольшими кубиками. Майонез растираем с творогом и молоками. Все соединяем и перемешиваем.

Состав: *1 свежий помидор;*
250 г тушеных шампиньонов;
250 г тушеных белых грибов или лисичек;
3 головки репчатого лука;
4 сельди (хорошо вымоченные);
молоки из одной сельди;
3/4 стакана майонеза;
2 ст. ложки творога;
2 ст. ложки растительного масла.

Салат из тунца с макаронными рожками *(мексиканская кухня)*

Рожки отварить, откинуть на дуршлаг и остудить. Мясо тунца и ананас нарезать небольшими кубиками. Лук и редиску мелко порезать, орехи порубить или потолочь. Все соединить. Отдельно смешать майонез, ананасовый сок, соевый соус, семена сельдерея, соль и перец. Полученным соусом заправить салат, как следует перемешать и оставить на 1 час в холодильнике.

Состав: *250 г мяса отварного (консервированного) тунца;*
200 г макаронных рожков;
6 редисок;
8 бразильских или грецких орехов;
1 луковица;
1/4 ананаса;
150 г майонеза;
2 ст. ложки ананасового сока;
1/4 ч. ложки соевого соуса;
1/4 ч. ложки семян сельдерея;
соль и черный перец по вкусу.

Салат из тунца с рисом *(мексиканская кухня)*

Рис отварим, мясо тунца нарежем небольшими кубиками. Мелко нарезанный перец соединим с майонезом, карри и солью, тщательно перемешаем. Полученным соусом заправим смесь из риса, мяса тунца и горошка. Оставим на 1 час в холодильнике. Подаем на листьях салата.

Состав: *200 г мяса отварного (консервированного) тунца;*
100 г риса;
200 г консервированного зеленого горошка;
$^1/_2$ стручка сладкого красного перца;
250 г майонеза;
2 ст. ложки порошка карри;
1 ч. ложка соли, листья зеленого салата.

Салат с анчоусами по-корейски

Огурец чистим и нарезаем тонкими кружочками, кладем в салатник, посыпаем крупной солью и накрываем тарелкой с гнетом, оставив на 1 час. Листья латука промываем и обсушиваем, чистим. Редис и помидоры нарезаем кружочками; промываем и мелко нарезаем петрушку.

В миске измельчаем вилкой филе анчоусов, поливаем растительным маслом, уксусом и, не перемешивая, перчим.

В глубокое круглое блюдо укладываем листья латука, сверху распределяем кружочки помидоров. Кружочки огурца промываем водой, обсушиваем и выкладываем на помидоры, далее располагаем кружочки редиса, украшаем грецкими орехами, посыпаем зеленью петрушки, поливаем соусом из анчоусов и ставим в холодильник.

Состав: *1 свежий огурец;*
3 помидора;
1 пучок редиса;
несколько листьев латука;
20 очищенных грецких орехов;
4 шт. филе анчоусов в растительном масле;
1 небольшой пучок зелени петрушки;
1 ст. ложка уксуса;
1 ст. ложка растительного масла;
крупная соль, черный молотый перец.

Смешанный салат с салом *(корейская кухня)*

В кастрюлю наливаем воды и доводим до кипения. Картофель чистим щеткой, не счищая кожуры, кладем в кипяток, варим 20 минут. Горячий картофель чистим, нарезаем кружочками.

Одуванчики промываем, листья обрываем, обсушиваем их.

Цикорий чистим, промываем.

Чистим и мелко нарезаем лук-шалот.

Свиное сало нарезаем ломтиками, распускаем на медленном огне на сковороде.

Салатник ошпариваем горячей водой и протираем. В салатник выкладываем одуванчики, затем цикорий, картофель, солим, перчим, добавляем лук-шалот и аккуратно перемешиваем, поливаем распущенным свиным салом.

На сковороде быстро доводим до кипения вино, поливаем им салат, перемешиваем и тут же подаем к столу.

Состав: *250 г одуванчиков;*
1 корень кудрявого цикория;
3 молодые картофелины;
1 луковка-шалот;
100 г свиного сала;
1 стакан сухого белого вина;
соль, черный молотый перец.

Салат листовой с фруктами

Листья салата необходимо перебрать, промыть, откинуть на сито, чтобы стекла вода, и нарезать. Добавляем натертые морковь, яблоко, вымытый изюм, порезанные сливы и рубленый зеленый лук. Перемешиваем, выкладываем в салатник и заправляем приготовленным соусом.

Соус: майонез, оливковое масло и уксус хорошо взбить.

Состав: *200 г листового салата;*
1 яблоко;
1 средняя морковь;
3–4 сливы;
2 ст. ложки изюма;
1 ст. ложка зеленого лука;
2 ст. ложки майонеза;
2 ст. ложки оливкового масла;
2 ст. ложки уксуса.

ПОРЦИОННЫЕ САЛАТЫ НА СКОРУЮ РУКУ

Из ананаса с белым сыром

На лист зеленого салата кладем кружок свежего ананаса, на него – 2 столовые ложки белого сыра (типа домашнего). Посыпаем толчеными грецкими орехами и поливаем салатной заправкой «Адересо косидо» (в кастрюльку вливаем 0,5 стакана холодной воды, всыпаем (смешанные) 1 ст. ложку сахара, 1,5 ч. ложки соли, 1 ст. ложку муки, 1,5 ст. ложки сухой горчицы и 0,5 ч. ложки молотого перца чили. Ставим на паровую баню, прибавив и перемешав слегка взбитые 2 желтка, затем, не переставая мешать, понемногу добавляем уксус (всего $^1/_4$ стакана). Масса должна получиться однородной и густой. Сняв с огня, вводим 1 ст. ложку сливочного масла, как следует перемешиваем и остужаем).

Из апельсина с луком

На тарелку укладываем 2–3 листа зеленого салата, затем слой очищенных ломтиков апельсина, слой нарезанного кружочками репчатого лука, снова слой апельсинов и т. д. Сверху поливаем французской заправкой (смесью оливкового масла с уксусом).

Из груши с маринованными огурцами

На лист зеленого салата укладываем половинку груши (предварительно удалив сердцевину), положив в выемку 1 ст. ложку мелко нарезанных маринованных огурчиков и немного мелко нарезанных чесночных гренок. Поливаем французской заправкой.

Из персика с ветчиной

На лист зеленого салата кладем половинку свежего персика, наполнив выемку мелко нарезанной или пропущенной через мясорубку ветчиной (ее по желанию можно поперчить). Сверху поливаем небольшим количеством майонеза и посыпаем рубленой петрушкой.

Из чернослива с сыром

Из чернослива вынимаем косточки, наполняем выемки белым сыром (типа домашнего), сильно поперченной, мелко нарубленной ветчиной или тертым желтым сыром. Укладываем чернослив на листья зеленого салата и поливаем французской заправкой.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Суп из капусты *(корейская кухня)*

Капусту разделяем и нарезаем тонкими кусочками шириной 1 см. Свинину нарезаем небольшими плоскими кусочками. Лук шинкуем. Свинину слегка обжариваем в разогретой кастрюле. Затем закладываем капусту и жарим, переворачивая, вместе со свининой до полуготовности. Наливаем воды, добавляем соевый соус (большую часть) и доводим до кипения. Когда вся капуста размякнет, прибавим оставшийся соевый соус, соль и прокипятим на сильном огне.

Состав: *1 кг капусты;*
30 г зеленого лука;
100 г свинины;
10 г чеснока;
100 г соевого соуса;
соль.

Суп-пюре из моркови (ниндзин-но суимоно) *(японская кухня)*

Разогреваем масло в глубокой сковороде, обжариваем лук до золотистого цвета, добавляем морковь и готовим 1 минуту. Заливаем бульоном, доводим до кипения, убавляем огонь, закрываем крышкой и варим до готовности. Добавляем сыр и растираем, чтобы получился суп-пюре.

Добавляем соль и перец по вкусу, украшаем петрушкой.

Состав: *1 л бульона;*
350 г нарезанной моркови;
1 ст. ложка масла;
200 г нарезанного лука;
100 г плавленого сыра;
соль, перец, петрушка.

Сирийский суп из чечевицы

Чечевицу тщательно промываем. В кастрюле разогреваем растительное масло и обжариваем в нем мелко нарубленный лук. Добавляем чечевицу и соль, перемешиваем, заливаем водой и варим 1,5 часа. Затем добавляем мелко нарубленный шпинат и кипятим еще 15 минут. Заправляем лимонным соком.

Состав: *500 г чечевицы;*
1,5 л воды;
2 луковицы;
2 ст. ложки растительного масла;
1 ч. ложка соли;
60 г мелко нарубленного шпината;
1 ч. ложка лимонного сока.

Арабский кисломолочный суп

Орехи очистим от скорлупы, ядра немного подсушим в духовке и потолчем с чесноком и солью. Огурцы очистим от кожуры и натрем на средней или мелкой терке. Соединим орехи и огурцы, прибавим лук и укроп, приправим солью и перцем, смешаем с кефиром и как следует выдержим в холодильнике.

При подаче на стол в каждую порцию вольем немного лимонного сока.

Состав: *1,5 л кефира или густой простокваши;*
5–6 грецких орехов;
4–5 огурцов;
4–5 зубчиков чеснока;
5–6 ст. ложек рубленого зеленого лука;
2 ст. ложки рубленого укропа;
лимонный сок, соль и молотый черный перец по вкусу.

Суп из йогурта с огурцом *(турецкая кухня)*

Чистим огурцы от кожицы и очень тонко нарезаем, кладем в супницу и солим. Натираем стенки большой миски чесноком, сбрызгиваем уксусом, добавляем укроп и йогурт. Хорошо перемешиваем и, если надо, добавляем до 3 ст. ложек холодной кипяченой воды. Переливаем все в супницу, поливаем оливковым маслом и украшаем мятой.

Состав: *3 свежих средних огурца;*
2 стакана йогурта;
1 зубчик чеснока;
по 1 ст. ложке уксуса и оливкового масла;
1 ч. ложка измельченного укропа;
1 ст. ложка измельченных листьев мяты;
соль.

Арабский суп с каперсами

Луковицу некрупно нарезаем и пассеруем в жире. Из костей варим бульон. В кипящий бульон закладываем лук, томатное пюре и за 10 минут до окончания варки – каперсы.

При подаче на стол в каждую тарелку следует положить по 1 ст. ложке сметаны и по ломтику лимона. Посыпаем зеленым луком.

Состав: *300 г говяжьих костей;*

1 крупная луковица;

150 г каперсов;

2 ст. ложки томатного пюре;

2 ст. ложки сметаны;

рубленый зеленый лук, говяжий жир и лимон по потребности, соль по вкусу.

Индийский овощной суп

Лук, морковь, репу и помидоры шинкуем, пассеруем в масле до мягкости и протираем через сито. Прибавляем бульон, размешиваем, доводим до кипения, приправляем солью и перцем. Кладем нарезанный кубиками картофель и варим на медленном огне до готовности. Затем вливаем кипящее молоко, добавляем сливочное масло и сметану. Подаем на стол немедленно.

Состав: *500 мл крепкого куриного бульона;*
2–3 картофелины;
1 крупная морковь;
1 репа;
70–80 г лука-порея;
4 ст. ложки молока;
3 ст. ложки сметаны;
2 ст. ложки сливочного масла;
растительное масло для жарки;
соль, перец.

Суп из редьки *(корейская кухня)*

Редьку нарежем квадратиками, немного потушим. В разогретую кастрюлю вольем масло, положим зеленый лук (полпорции) и слегка обжарим, затем добавим редьку и чуть позже заправим соевым соусом (небольшим количеством). Когда редька будет наполовину готова, зальем ее водой с верхом и отварим. Промоем морскую капусту, нарежем такими же кусочками, что и редьку, и положим в кастрюлю. Перед тем как снять с огня, положим нашинкованные лук и чеснок.

Примечание. Суп из редьки получится вкусным и будет содержать больше питательных веществ, если для бульона взять воду из-под третьего промывания риса.

Состав: *800 г редьки;*
10 г морской капусты;
15 г чеснока;
80 г соевого соуса;
100 г зеленого лука;
20 г растительного масла.

Суп луковый по-крестьянски *(мексиканская кухня)*

Нарезанный лук тушим в масле на слабом огне, не давая зарумяниться. Всыпаем муку, перемешиваем, разводим бульоном и даем прокипеть. Затем вливаем молоко и сливки, солим, перчим. Сыр натираем на мелкой терке, смешиваем с сырым желтком и этой смесью намазываем подсушенные в духовке ломтики хлеба. Кладем их в глубокую суповую миску, заливаем горячим бульоном, даем постоять 3–4 минуты и подаем на стол.

Состав: *1–2 крупные луковицы;*
1 ст. ложка кукурузной муки;
1 ст. ложка сливочного масла или маргарина;
50 г сыра;
1 яичный желток;
1,5 стакана говяжьего или куриного бульона;
$^3/_4$ стакана молока,
$^1/_2$ стакана сливок;
4–6 ломтиков хлеба;
соль и свежемолотый черный перец по вкусу.

Зеленый суп *(турецкая кухня)*

Варим из костей в подсоленной воде бульон, процеживаем. Кладем в него нарезанное мелкими кубиками мясо, сельдерей, грибы, лук, тмин и варим около 30 минут. Затем добавляем зеленую фасоль, шпинат, морковь, картофель и варим еще 45 минут. В конце варки закладываем нарезанные кубиками кабачки, перец и варим, пока все овощи не станут мягкими. Готовить суп надо на очень маленьком огне.

Состав: *3 л воды;*
4 суповые косточки;
500 г мяса;
200 г сельдерея;
1 большая луковица;
150 г грибов;
200 г зеленой фасоли;
200 г шпината;
3 кабачка;
2 моркови;
1 большая картофелина;
по $^1/_2$ ч. ложки перца и тмина, соль.

Суп из листьев салата *(корейская кухня)*

Листья салата тщательно промоем; свернув в трубочку, нашинкуем. В соус кочхучжан прибавим воды и вскипятим. Получившийся соевый бульон заправим нашинкованным салатом. Когда суп закипит, добавим сырое яйцо и продолжим варить. Перед тем как снять с огня, добавим измельченный чеснок и нашинкованный лук, заправим соевым соусом и, доведя до сильного кипения, сразу же снимем с огня.

Состав: *500 г листьев салата;*

1 крупное яйцо;

30 г чеснока;

55 г кочхучжана (соевая паста с молотым красным перцем (50 г), столовый уксус (50 г), сахарный песок (20 г), поджаренный кунжут (по вкусу), измельченный чеснок (по вкусу);

150 г зеленого лука;

30 г соевого соуса.

Суп из йогурта с чечевицей

Чечевицу и рис по отдельности варим в бульоне, соединяем, солим и перчим. Сметану, желток и йогурт взбиваем, осторожно вливаем в горячий бульон, перемешиваем с чечевицей и рисом. Незадолго до конца варки снимаем суп с огня, чтобы он не свернулся.

Перед подачей добавляем мяту и сливочное масло.

Состав: *$^1/_2$ л мясного или костного бульона;*
по 1 ст. ложке чечевицы и риса (можно взять один рис);
3 ст. ложки сметаны;
2 стакана йогурта;
1 ст. ложка сливочного масла;
1 желток;
1 ст. ложка измельченных листьев мяты;
перец, соль.

Фасолевая похлебка *(мексиканская кухня)*

Мясо, сало и лук нарезаем кубиками. Перец (если взять один стручок красный, один желтый и один зеленый, похлебка получится и красивее, и вкуснее) чистим от семян и нарезаем тонкими полосками. Сало растапливаем в кастрюле, мясо обжариваем в нем 3 минуты и вынимаем. Кладем в сало лук и перец, посыпаем тимьяном и тушим 7–8 минут. Затем прибавляем фасоль и кукурузу (без жидкости), тушим еще 1–2 минуты, вливаем бульон, снова кладем мясо, похлебку тщательно размешиваем и доводим до кипения. Почти готовую похлебку приправляем перцем чили.

При подаче на стол посыпаем рубленой зеленью.

Состав: *2 банки консервированной красной фасоли;*
2 банки консервированной кукурузы;
350–400 г куриного мяса или индейки (грудка);
200 г копченого сала;
2 большие луковицы;
3 сладких перца;
1,5 л куриного бульона;
2 ч. ложки сушеного тимьяна;
молотый перец чили по вкусу;
зелень петрушки или кинзы по потребности.

Суп-пюре из кукурузы

Кукурузу отварим в воде до мягкости, затем вольем молоко, поварим еще 30 минут и протрем через сито. Отдельно размешаем желток со сливками. Вливаем их, помешивая, в суп, и прибавляем сливочное масло.

При подаче добавим в каждую тарелку кукурузные хлопья.

Состав: *500 г замороженной кукурузы молочной спелости;*
1 яичный желток;
1 ст. ложка сливочного масла;
2 стакана молока;
2 ст. ложки сливок;
2 стакана воды;
2–3 ст. ложки кукурузных хлопьев.

Суп посоле *(мексиканская кухня)*

В глубокой кастрюле доводим воду до кипения, прибавляем кукурузу и чеснок (не очищая его и не разделяя на дольки) и держим на медленном огне 2–3 часа, пока кукуруза не разварится. Отдельно в скороварке ставим вариться в подсоленной воде мясо (примерно на 50 минут). В разварившуюся кукурузу кладем кости и варим еще около часа. Стручки перца отвариваем в 1 стакане воды, затем измельчаем в миксере, солим и добавляем в кастрюлю с кукурузой. Туда же выкладываем разварившееся мясо, размешиваем, даем покипеть 10–15 минут, солим по вкусу и удаляем чеснок.

Подаем посоле горячим в глубоких мисках. Сверху украшаем нарезанным тонкими полосками салатом и кружочками редиса. Вместе с посоле подаем подсушенный хлеб (по 2 ломтика на порцию). Острый соус каждый добавляет по желанию.

Примечание. Кукурузу необходимо варить без соли, иначе она не разварится.

Состав: *500 г замороженной кукурузы;*
1 кг свиного окорока;
2 чистые свиные кости;
1–2 острых перца;
$^1/_2$ головки чеснока;
1 пучок зеленого салата;
5–6 редисок;
3 л воды; соль по вкусу;
острый соус по желанию;
10 ломтиков подсушенного хлеба.

Суп «Ацтека» *(мексиканская кухня)*

Распускаем в сковороде сливочное масло и обжариваем в нем 3 нарезанные луковицы, чеснок и помидоры. Прибавляем бульон, томатный соус, сахар и перец и варим 1 час на медленном огне.

Тортильи: смешиваем кукурузную муку с солью, маргарином и водой. Хорошо вымешиваем тесто. Скатываем шарики величиной с перепелиное яйцо. Даем им полежать 15 минут, затем раскатываем из них лепешки размером с блюдце. Выпекаем на сухой сковороде на среднем огне (примерно по 2–3 минуты каждую сторону), затем нарезаем кусочками.

Подаем суп в глубоких мисках, предварительно положив на дно каждой по горсти кусочков тортильи, 4–5 ломтиков авокадо, нарезанный лук и измельченный сыр.

При подаче на стол в каждую миску добавляем по 1 ст. ложке сметаны.

Состав: *6 спелых авокадо;*
4–5 помидоров;
4 луковицы;
2 дольки чеснока;
20 г сливочного масла;
200 г свежего белого сыра или творога;
1 стакан сметаны;
8 стаканов куриного бульона;
250 г любого томатного соуса;
1 ч. ложка сахара;
$^1/_2$ ч. ложки белого перца;
24 тортильи (300 г кукурузной муки, 150 г маргарина, 1,25 стакана теплой воды, соль).

Суп с блинчиками (сопа де такитос) *(мексиканская кухня)*

Масло разогреваем в кастрюле, прибавляем томатный сок, провариваем несколько минут, вливаем бульон, приправляем и доводим до кипения. Яйца сварим вкрутую и мелко порубим. Тортильи (готовим как в рецепте «Суп «Ацтека»), если необходимо, разогреваем в духовке или обжариваем на сливочном масле, наполняем начинкой и скатываем рулетиками.

В каждую тарелку укладываем по 3 рулетика, заливаем горячим супом, сверху посыпаем рубленым яйцом.

Состав: *1 стакан томатного сока;*

2 л мясного бульона;

2 ст. ложки растительного масла;

2 яйца;

соль и перец по вкусу;

12 тортилий.

Для начинки: *отварное куриное мясо, овощи или тертый сыр по потребности.*

Суп из авокадо *(мексиканская кухня)*

Авокадо разрезаем пополам, вынимаем косточки, снимаем кожицу, мякоть измельчаем в миксере вместе со сливками. Бульон доводим до кипения, снимаем с огня и, помешивая, прибавляем к нему полученное пюре, затем вливаем херес, солим и перчим.

До подачи на стол суп следует держать в теплом месте, но ни в коем случае не на огне.

Тортильи (готовим как в рецепте «Суп «Ацтека») разогреваем, сворачиваем рулетиками (можно начинить их отварным мясом курицы или тертым сыром) и нарезаем.

При подаче на стол в каждую тарелку кладем по нескольку кусочков тортильи и заливаем их горячим супом.

Состав: *3 спелых авокадо;*
125 мл сливок;
3 стакана куриного бульона;
2 ст. ложки сухого хереса;
1 щепотка белого перца;
соль по вкусу;
1–2 тортильи.

Гамбургский суп из угря

Кости и копченое мясо заливаем 1,5 л воды и ставим варить. Готовый бульон процеживаем через сито.

Подготавливаем зелень, добавляем ее в бульон, затем кладем туда зеленый горошек и размягченный чернослив. Через 10 минут запускаем подготовленные куски угря.

Суп приправим солью, перцем и сахаром. Сверху посыплем зеленью укропа. Как только суп будет готов, сейчас же подаем на стол.

Состав: *500 г свежего угря;*
500 г костей;
125 г копченого мяса;
2 пучка зелени;
80 г сушеного чернослива;
$^1/_2$ стакана свежего зеленого горошка;
соль, перец;
$^1/_2$ ч. ложки сахара;
1 стакан мелко нарубленного укропа.

Суп из угря с зеленым горошком

Подготовленного угря нарезаем кусками, солим. В кипящую воду опускаем нарезанные кубиками корни петрушки, сельдерея, репчатый лук, лавровый лист, перец горошком, свежий зеленый горошек. Тщательно удаляем пену и в кипящий отвар закладываем рыбу. Варим до готовности. Подаем, посыпав измельченной зеленью петрушки или укропа.

Вместо свежего зеленого горошка можно использовать консервированный. В этом случае горошек добавляют за 10 минут до окончания варки.

При использовании свежего горошка суп до добавления рыбы нужно варить без соли.

Продолжительность варки угря несколько дольше, чем другой рыбы. Варить угря надо приблизительно 45–50 минут. Для того чтобы куски угря не деформировались, их нужно посолить за 1 час до варки.

Состав: *800 г угря;*
1 корень петрушки;
1 корень сельдерея;
1 головка репчатого лука;
2,5 стакана зеленого горошка;
1–2 лавровых листа;
6–8 шт. перца горошком, соль.

Сборная чорба из рыбы, мидий, раков

Очистим рыбу, хорошо промоем и посолим.

Очистим и мелко нарежем репчатый лук (или стебель лука-порея), морковь, сельдерей, пастернак, петрушку и положим их в кипящую подсоленную воду. Доведем коренья до кипения и прибавим растительное или оливковое масло. Когда лук станет мягким, положим подготовленную рыбу, лавровый лист и перец горошком.

Варим рыбу при кипении 25–30 минут, затем вынимаем, отделяем мясо от костей и снова кладем в чорбу.

Соскабливаем ножом наросты с ракушек и хорошо промываем щеткой мидии. Кладем их в кастрюлю и заливаем водой. Кастрюлю накрываем крышкой и варим мидии до тех пор, пока не вскроются все ракушки. Кастрюлю снимаем с огня, остужаем, вынимаем мидии из ракушек, кладем их в чорбу и вливаем отвар, в котором они варились (отвар процедить, не взбалтывая).

По желанию к чорбе можно прибавить раков. Обмытых раков необходимо положить в кипящую подсоленную воду и сварить. Затем очищаем их от панциря, кладем в чорбу и продолжаем варить еще 10–15 минут на слабом огне.

Готовую чорбу заправляем кислым молоком, взбитым с яйцами. Подаем чорбу, посыпав черным перцем и мелко нарезанной петрушкой.

Состав: *500 г рыбы;*
1 головка репчатого лука или лука-порея;
2–3 моркови;
1 корень сельдерея;
1 корень пастернака;
2–3 корня петрушки;
3–4 ст. ложки растительного масла;
1 лавровый лист;
15–20 шт. черного перца горошком;
1 стакан кислого молока;
1–2 яйца;
петрушка (зелень), перец черный молотый;
500–700 г мидий;
10–12 раков.

Суп рисовый с мидиями

Отваренные мидии нарезаем тонкими ломтиками. В кипящий бульон из мидий кладем промытый в теплой воде рис. Коренья и лук нарезаем кубиками, пассеруем на жире и добавляем в бульон за 15–20 минут до окончания варки. Одновременно с кореньями запускаем мидии, соль, черный перец.

При подаче посыпаем суп мелко нарезанной зеленью.

Состав: *150–200 г вареных мидий;*
1 стакан риса;
2 моркови;
1 корень петрушки;
1 головка репчатого лука;
2 ст. ложки маргарина;
1 ч. ложка мелкорубленой зелени укропа или петрушки;
5–6 шт. черного перца горошком;
соль.

Суп из мидий по-испански

Тщательно промываем мидии, кладем в кастрюлю, вливаем немного воды и варим до тех пор, пока не вскроются все ракушки. Вынимаем мидии из ракушек и кладем в другую кастрюлю. Заливаем их процеженным отваром, в котором они варились, добавив 4 стакана воды. Снова доводим до кипения.

Обжариваем мелко нарезанный репчатый лук и чеснок, добавив оливковое масло. Обжаренный лук кладем в кипящий суп, а также ломтики хлеба без корочки. Доведя мидии до мягкости, прибавляем мелко нарезанную зелень петрушки, немного соли и черного перца. Суп подаем горячим, выпустив в каждую глубокую тарелку по 1 яйцу.

Состав: *2 кг мидий;*
2 головки репчатого лука;
3–4 дольки чеснока;
2 ст. ложки оливкового масла;
4 ломтика пшеничного хлеба;
2 ст. ложки зелени петрушки;
перец черный молотый, соль.

Рыбный суп с чесноком и пряностями (кхао том) *(тайская кухня)*

Промываем и подготавливаем все морепродукты.

Бульон доводим до кипения и бланшируем в нем очищенных и нарезанных кальмаров. Затем вынимаем их и откладываем.

Бульон снова доводим до кипения и бланшируем в нем креветки. Затем вынимаем их, чистим и откладываем.

Еще раз доводим бульон до кипения и кладем в него рыбу. Варим ее до готовности, вынимаем и удаляем кости. Головы и кости рыбы возвращаем в бульон и кипятим еще немного, чтобы он стал еще более насыщенным. Процеживаем бульон и приправляем по вкусу.

В сковороде поджариваем мелко нарезанный чеснок и рис в масле до появления запаха, затем добавляем соль и все вместе опускаем в бульон. Доводим до кипения и варим 20–30 минут.

Перед подачей на стол в каждую тарелку кладем морепродукты, заливаем их кипящим рисовым супом. В качестве приправы можно предложить чесночное масло, соль, лимонный сок, стручковый перец, мелко нарезанные сельдерей, кинзу или базилик (по вкусу).

Состав: *1 кг морепродуктов (рыбы, креветок, кальмаров в любом сочетании по вкусу);*

1 стакан риса;

6–8 стаканов воды с растертой головкой чеснока, стеблем и листьями кинзы, сельдереем;

по 1 ст. ложке соли, уксуса и зерен черного перца;

1/4 стакана мелко нарезанного чеснока;

масло для жаренья;

мелко нарезанная зелень: сельдерей, кинза, листья базилика;

соль, сок лимона и стручковый перец по вкусу;

чесночное масло (измельченный чеснок обжарить до золотистого цвета в большом количестве масла).

Суп из форели с грецкими орехами и кизилом

Подготовленную для варки форель складываем вместе с кусочками петрушки и репчатого лука в кастрюлю. Заливаем холодной водой. Доводим до кипения, тщательно удаляем пену, добавляем соль и, уменьшив огонь, варим до готовности, приблизительно 20–25 минут в зависимости от величины рыбы. Толчем в ступе ядра грецких орехов и промываем сушеный кизил. Осторожно вынимаем из бульона готовую рыбу. Выкладываем ее на блюдо и ставим в теплое место, чтобы она не остыла. В бульон опускаем сушеный кизил (без косточек) и молотые орехи. Доводим до кипения. Подаем, положив в каждую тарелку кусок рыбы и посыпав суп зеленью эстрагона или петрушки.

Для этого супа хороша живая форель. Крупную рыбу режут пополам, мелкую варят целиком. Вместо сушеного кизила можно использовать картофель, нарезанный брусочками. В этом случае в бульон добавляют по 3–4 горошины черного и душистого перца.

Состав: *600 г форели;*
2 головки репчатого лука;
2 корня петрушки;
60 г сушеного кизила;
60 г грецких орехов;
соль.

Рыбный суп (нам я па) *(тайская кухня)*

Доведем молоко до кипения, добавим чеснок, лук, лимонную цедру, имбирь, креветочную пасту, соль и жареную сельдь. Прокипятим несколько минут, чтобы кусочки рыбы совсем распались, а овощи стали мягкими. Добавим мясо курицы. Доведем до кипения, по вкусу посолим. Когда мясо будет готово, вольем сливки и добавим перец, накроем крышкой и выключим огонь.

Подаем с листьями базилика и крутыми яйцами, разрезанными на четыре части.

Состав: *1 обжаренная сельдь;*
1 кг куриного мяса;
5 стаканов молока;
1 стакан сливок;
1/2 стакана лука-шалота, нарезанного вдоль;
1/2 стакана лимонной цедры, нарезанной как можно тоньше;
1 ст. ложка чеснока, нарезанного вдоль;
1 стакан мелко нашинкованного имбиря;
2 ст. ложки креветочной пасты (или анчоусов);
1 ст. ложка соли;
1/2 стакана стручкового перца, нарезанного кольцами;
2 яйца, сваренных вкрутую;
зелень базилика.

Суп картофельный с фрикадельками из кальмаров и трески

В кипящий рыбный бульон кладем нарезанные соломкой морковь, лук, корень петрушки, нарезанный дольками картофель, доводим до кипения, добавляем рыбные фрикадельки и варим 10 минут.

Фрикадельки: вареного кальмара и филе трески нарезаем на кусочки. Вместе с хлебом, замоченным в молоке, и луком пропускаем через мясорубку. В массу добавляем муку, яйца, перец и хорошо перемешиваем. Формируем фрикадельки.

В порционные тарелки кладем по 5–7 фрикаделек, наливаем суп и посыпаем зеленью.

Состав: *500 г филе рыбы;*
6–8 картофелин;
1 морковь;
1 корень петрушки;
2 головки репчатого лука;
60 г лука-порея;
1–2 шт. лаврового листа;
2–3 ч. ложки сливочного масла;
1 ч. ложка мелкорубленой зелени укропа и петрушки;
8–10 шт. черного перца горошком.
Для фрикаделек: *150 г вареного кальмара;*
100–150 г филе трески;
50 г хлеба;
1 средняя головка репчатого лука;
1 ст. ложка молока;
1 яйцо;
1 ч. ложка муки;
перец черный молотый, соль.

Суп с фаршированными кальмарами (том ям) *(тайская кухня)*

Очистим кальмаров, удалив чернильный мешок, и нафаршируем молотой свининой, смешанной с солью, перцем, чесноком и корнем кориандра.

Воду или рыбный бульон доведем до кипения, добавим толченую лимонную цедру и нарезанные листья лимона. Прокипятим несколько минут, а затем положим в бульон фаршированные кальмары. Добавим соль, хорошо перемешаем.

Перед подачей на стол в каждую чашку отжимаем немного лимонного сока и приправляем кинзой и толченым стручковым перцем.

Рыбный суп должен получиться кисло-соленым на вкус и острым, как перец.

Состав: *$^1/_2$ кг мелких кальмаров;*

1 стакан молотой свинины;

1 ч. ложка растолченных вместе соли, перца, чеснока и корня кориандра;

6 стаканов рыбного бульона;

2–3 листа лимона;

2 ст. ложки острого соуса из перца;

сок лимона, соль, толченый стручковый перец и кинза для приправы;

1 ч. ложка лимонной цедры.

Окрошка овощная с кальмарами

3–5 минут варим кальмаров в подсоленной воде и после охлаждения нарезаем мелкими кусочками. Отварных кальмаров можно заменить консервированными.

Нарезаем зеленый лук, растираем с небольшим количеством соли до появления сока. Отварной картофель нарезаем ломтиками, мелко рубим белок сваренного вкрутую яйца, а желток смешиваем с горчицей, сметаной, солью, сахаром и разводим квасом.

К приготовленной смеси добавляем кальмаров, огурцы, картофель, зеленый лук и все перемешиваем. В готовую окрошку кладем сметану и посыпаем мелко нарезанным укропом.

Состав: *200–300 г кальмаров;*
1 л хлебного кваса;
3–4 картофелины;
50 г зеленого лука;
2 яйца;
1–2 ч. ложки сахара;
1 ч. ложка горчицы;
укроп, соль, сметана.

Суп овощной с морским гребешком (или креветками)

Морской гребешок (или креветки) отвариваем. Креветки чистим от панциря. Морковь, корень петрушки, репчатый лук и лук-порей нарезаем ломтиками и пассеруем. В кипящий бульон кладем нарезанную капусту, а когда бульон закипит – пассерованные овощи, картофель, нарезанные стручки фасоли. За 5– 10 минут до окончания варки добавляем в суп нарезанные дольками помидоры, зеленый горошек. Солим по вкусу.

В порционные тарелки кладем мясо вареных креветок или нарезанного ломтиками морского гребешка, наливаем суп и посыпаем зеленью. Можно добавить сметану.

Состав: *300 г мороженого морского гребешка или 500 г вареных креветок;*

200–250 г белокочанной капусты;

4 картофелины;

1 морковь;

1 корень петрушки;

1 головка репчатого лука;

50 г лука-порея;

0,5 стакана зеленого горошка;

1 стакан свежей стручковой фасоли;

2 помидора;

2 ст. ложки маргарина;

1 ч. ложка зелени укропа и петрушки,

мелко нарезанных;

специи, соль.

Суп рисовый с помидорами и морским гребешком

Вареное мясо морского гребешка нарезаем на кусочки. Лук режем кубиками и обжариваем в масле. В кипящий бульон, полученный после отваривания морского гребешка, кладем промытый рис, через 15–20 минут добавляем обжаренный лук, соль, специи и варим суп при слабом кипении до готовности. Помидоры ошпариваем кипятком, снимаем кожицу, нарезаем мякоть на дольки и добавляем в суп за 5–6 минут до окончания варки.

В порционные тарелки кладем кусочки вареного мяса морского гребешка, наливаем суп и посыпаем мелко нарезанной зеленью.

Состав: *150–200 г вареного морского гребешка;*
0,5 стакана риса;
1 головка репчатого лука;
3–4 помидора;
1 ч. ложка мелкорубленой зелени укропа и петрушки;
специи, соль.

Суп пикантный с креветками

Креветки промываем в холодной воде и отвариваем. Затем их чистим от панциря. Бульон процеживаем и добавляем в него зеленый горошек, грибы, нарезанные репчатый лук и морковь, соль. Варим при слабом кипении. В готовый суп кладем креветки и заправляем взбитой смесью.

Состав: *500 г креветок;*
1 ст. ложка зеленого горошка;
2 ст. ложки отварных нарезанных грибов;
1 морковь;
1 головка репчатого лука.
Для смеси: *1 яйцо;*
2 ст. ложки молока;
1 ст. ложка маргарина.

Суп из креветок с грибами

Грибы замачиваем в горячей воде на 20–30 минут. В большой сковороде раскаливаем масло, кладем туда креветки, очищенный от семян и мелко нарубленный перец чили, нашинкованную тонкими полосками цедру и нарезанный лук. Жарим, помешивая, на сильном огне 1 минуту. Затем вливаем рыбный бульон и соевый соус, доводим до кипения, уменьшаем огонь и варим 5 минут. Солим, перчим.

У размякших грибов отрезаем ножки и выбрасываем, а шляпки нарезаем ломтиками. Прибавляем их в суп вместе с нарезанными кубиками рыбой и тофу и варим еще 5 минут на небольшом огне. Вливаем лимонный сок, всыпаем семена кунжута (если нужно, добавляем соль и перец), перемешиваем и разливаем по мискам.

Каждую порцию при подаче на стол посыпаем кинзой. Этот суп подается с рисом и тостами.

Состав: *3 сушеных китайских гриба;*
125 г очищенных креветок;
50 г филе белой рыбы;
250 г тофу;
1 красный и 1 зеленый стручок перца чили;
2 молодые луковицы;
600 мл рыбного бульона;
1 ст. ложка растительного масла;
1 ст. ложка светлого соевого соуса;
1 ст. ложка лимонного сока;
1/2 ч. ложки лимонной цедры;
1 ч. ложка семян кунжута;
1 ч. ложка рубленой зелени кинзы;
соль и молотый черный перец по вкусу.

Суп рыбный с креветками

Отварим подготовленные тушки рыб без голов. В закипевший рыбный бульон вливаем вино, кладем кусочки рыбы без костей и варим при слабом кипении 3–4 минуты. Заправляем суп хорошо размешанной смесью яичных желтков со сливками.

В порционные тарелки раскладываем очищенные шейки креветок, наливаем суп и посыпаем укропом.

Состав: *500 г мороженой ледяной рыбы;*
400–500 г креветок;
1 стакан сухого белого вина;
1,25 л рыбного бульона;
2 яйца (желтки);
0,5 стакана сливок;
0,5 ч. ложки мелко нарезанного укропа;
соль.

Суп-пюре из креветок

Подготовленные сардины без голов отвариваем с добавлением моркови, лука и соли. Бульон процеживаем и используем для приготовления супа.

Креветки чистим от панциря, нарезаем на кусочки и обжариваем с кореньями и луком.

Креветки и овощи пропускаем через мясорубку, добавляем бульон и разводим массу до консистенции вязкой каши. Затем протираем ее через сито, добавляем бульон и доводим до кипения. Перед окончанием варки заправляем суп белым соусом и яично-молочной смесью.

Состав: *300–400 г креветок;*
1 морковь;
1 корень петрушки;
1 головка репчатого лука;
2 ст. ложки сливочного масла;
2 ст. ложки муки;
1,5 л рыбного бульона;
2 стакана молока;
1 яйцо (желток); соль.
Для бульона: *400–500 г сардин;*
1 ст. ложка моркови;
1 ст. ложка лука;
соль.

Суп «Глаза змеи» *(японская кухня)*

Чистим креветок, сбрызгиваем их водкой, провариваем в кипящей воде 1 минуту, откидываем на дуршлаг.

Кладем в каждую тарелку по две свернутые колечками креветки (глаза змеи). В подсоленную кипящую воду опускаем зелень, сразу вынимаем и кладем в холодную воду. Затем обсушиваем, связываем по 2–3 веточки вместе и укладываем на креветок.

Вырезаем из кожуры лимона 4 цветочка, промываем, обсушиваем и кладем в тарелки.

Разогреваем бульон (даси), заправляем его солью и соевым соусом, доводим до кипения и осторожно заливаем креветки.

Состав: *3 стакана даси;*
8 креветок;
1 ч. ложка водки;
8–12 веточек мицуба (или кориандра);
кожура от половинки лимона;
$^1/_2$ ч. ложки светлого соевого соуса;
$^1/_2$ ч. ложки соли.

Суп из тыквы, кокосового ореха и креветок *(тайская кухня)*

Тыкву чистим, оставляя на ней немного кожуры для того, чтобы она не развалилась в супе, нарезаем на куски любой величины. Если позволяет время, вымочим куски тыквы в лимонной воде, тогда при варке они не слишком быстро размягчатся.

Все, что предназначено для порошка кенг лиенг, мелко истолчем. 1 стакан кокосового молока отставим в сторону, а остальное молоко доведем до кипения. Порошок разводим в молоке и хорошо размешиваем. Когда молоко снова закипит, кладем в него куски тыквы. Снова доводим до кипения и приправляем солью.

Перед подачей на стол вливаем оставшееся кокосовое молоко, размешиваем и лишь потом кладем в суп листья базилика, чтобы они были зелеными и свежими.

Примечание. Этот суп считается очень питательным блюдом для детей и кормящих матерей. Для его приготовления можно использовать сушеную рыбу, сушеные креветки или жареную рыбу, а также любые овощи. Всегда используются листья базилика, так как они придают этому блюду специфический аромат. В данный рецепт входит кокосовое молоко – оно делает суп гуще и придает ему особый аромат.

Состав: *$^1/_2$ кг тыквы;*

1–2 кг тертого кокосового ореха для получения 3–4 стаканов молока;

горсть листьев базилика;

соль по вкусу.

Для порошка кенг лиенг: *$^1/_2$ стакана сушеных креветок, сушеной или жареной рыбы;*

2 ч. ложки креветочной пасты;

2 ст. ложки нарезанного лука-шалота;

1 ч. ложка молотого перца;

5 стручков красного и зеленого перца.

Суп раковый

Хорошо промываем раков и варим в подсоленной воде. Отделяем шейки и клешни, чистим их от скорлупы. Пассеруем муку, растительное масло, репчатый лук и чеснок. В пассеровку добавляем немного отвара, в котором варились раки, и доводим до кипения. Затем закладываем рис и мясо раков.

Суп довариваем, заправляем яйцами и кислым молоком, посыпаем черным перцем и мелко нарезанной зеленью петрушки.

Состав: *15–16 раков;*
2 ст. ложки муки;
3 ст. ложки растительного масла;
1 головка репчатого лука;
4–5 долек чеснока;
2 ст. ложки риса;
2 яйца;
0,5 стакана кислого молока;
мелко нарезанная зелень петрушки;
перец черный молотый, соль.

Суп рисовый с крабами

Крупные кусочки мякоти вареных крабов нарезаем, удалив содержащиеся в них костные пластинки. Подготовленную мякоть крабов кладем в неглубокую посуду, заливаем небольшим количеством нежирного рыбного бульона, добавляем жир и при слабом нагреве доводим до кипения. Суп варим обычным способом, добавив мелко нарезанный лук, корень петрушки, нарезанные дольками помидоры.

При подаче в тарелки кладем кусочки мякоти крабов, заливаем супом.

Состав: *250–300 г вареного мяса крабов;*
0,5 стакана риса;
1 головка репчатого лука;
1 корень петрушки;
2–3 помидора;
2 ст. ложки сливочного масла;
1 ч. ложка соли.

Суп-пюре из консервированных крабов

Отбираем несколько крупных кусков краба для гарнира, остальные пропускаем через мясорубку, кладем в кастрюлю, заливаем стаканом воды и, закрыв крышкой, ставим варить на 5 минут.

Слегка поджарим муку с 2 ст. ложками масла, разведем горячим молоком, вскипятим, добавим крабов и варим еще 15 минут. Затем протрем сквозь сито, посолим, добавим масло и яичную заправку. Нарезаем остальные кусочки крабов и кладем в суп.

Отдельно подаем гренки.

Состав: *1 банка консервированных крабов;*
4 ст. ложки масла;
2 ст. ложки муки;
4 стакана молока.
Для заправки: *2 яйца;*
1 стакан сливок или молока.

Суп рыбный с морской капустой

Рыбу отварим, морковь, петрушку, лук, нарезанные соломкой, спассеруем на масле.

В кипящий бульон закладываем нарезанный дольками картофель и варим до готовности. За 10–15 минут до окончания варки добавим морскую капусту, пассерованные овощи, соль и лавровый лист.

В порционные тарелки кладем кусочки рыбы, наливаем суп и посыпаем зеленью.

Состав: *300 г (филе) трески или морского окуня;*
3–4 картофелины;
200–250 г вареной морской капусты;
2 моркови;
1 корень петрушки;
2 ст. ложки растительного масла;
2 средние головки репчатого лука;
1 ч. ложка укропа и петрушки (зелень), мелко нарезанные;
лист лавровый, соль.

Суп из морской капусты *(корейская кухня)*

Морскую капусту тщательно промываем. Мясо мелко нарезаем и слегка обжариваем на масле. Добавляем капусту. В процессе жаренья все приправляем соевым соусом. Тушим на медленном огне, затем доливаем воды и варим до тех пор, пока слой пены не загустеет. Заправляем оставшимся соевым соусом, доводим до сильного кипения и разливаем по тарелкам.

Состав: *250 г сушеной морской капусты;*
250 г мяса (любого);
120 г соевого соуса;
25 г растительного масла.

Бульон с курицей и трепангами

Тушку цыпленка заливаем холодной водой, добавляем овощи, закрываем крышкой и, медленно доведя до кипения, варим 30–40 минут. Затем с поверхности тщательно снимаем пену и жир и варим при слабом кипении, пока цыпленок не будет готов. Бульон процеживаем. Он должен быть прозрачным.

Вареные трепанги и цыпленка нарезаем небольшими ломтиками.

При подаче в тарелки раскладываем кусочки цыпленка и трепангов, наливаем бульон и посыпаем зеленью.

Состав: *1 цыпленок (400–500 г);*
1 морковь;
1 корень петрушки;
1 головка репчатого лука;
1 яйцо (белок для оттяжки);
100–150 г вареных трепангов;
1 ч. ложка укропа и петрушки (зелень);
соль.

Рисовый суп с курицей *(тайская кухня)*

Рис и молотое куриное мясо перемешаем с 1 стаканом воды. Получившуюся смесь выливаем в кастрюлю и доводим до кипения, помешивая и добавляя по мере необходимости бульон.

Количество добавляемой жидкости зависит от готовности риса, поэтому следует добавлять ее понемногу, пока рис не будет готов и не приобретет консистенцию густого супа.

Приправим солью или соевым соусом.

Подаем на стол с яйцами.

Яйца предварительно можно сварить вкрутую, затем разрезать пополам и положить в суп желтками вверх.

Состав: *1 стакан риса, замоченного в 1 стакане воды;*
2 стакана молотого куриного мяса;
4–6 стаканов куриного бульона;
сваренные вкрутую яйца.

Китайский суп с вонтонами

В глубокой миске смешиваем муку, воду, яйца, соль и шафран. Замешиваем густое, но эластичное тесто, накрываем его полотенцем и даем расстояться при комнатной температуре.

Мясо нарезаем полосками и обжариваем до коричневой корочки в глубокой сковороде с хорошо разогретым маслом. Прибавляем мелко нашинкованный репчатый лук, нарезанную полосками китайскую капусту и очищенный от семян, мелко нарубленный перец чили. Все обжариваем, постоянно помешивая (около 10 минут), пока не выпарится вся жидкость. Затем добавляем мелко нарезанный чеснок, грушу, мелко нарубленную и посыпанную горчичным семенем, ростки сои, зеленый лук, перечный и соевый соусы. Все как следует перемешиваем и снимаем с огня.

На чистой салфетке, предварительно посыпав ее мукой, раскатываем тесто тонким слоем. Нарезаем его на квадраты 10 × 10 см. На каждый кладем по 1 ст. ложке начинки и крепко соединяем в серединке все четыре стороны. Варим вонтоны на пару до мягкости (20–25 минут).

Горячий бульон разливаем по порционным мискам и в каждую раскладываем по нескольку вонтонов. Подаем с тостами.

Состав: *300 г мяса индейки (можно заменить курятиной или свининой);*

1 стакан муки (желательно грубого помола);

1 ст. ложка сливочного масла;

2 яйца;

1,5 л овощного бульона;

1 луковица;

200 г китайской капусты;

100 г ростков сои;

1 зубчик чеснока;

1 стручок перца чили;

1 груша;

2 ст. ложки рубленого зеленого лука;

острый перечный соус и соевый соус по вкусу;

горчичное семя, соль и шафран на кончике ножа;

5 ст. ложек воды.

Кокосовый суп с курицей по-тайски

Мясо нарезаем на тонкие полоски поперек волокон. Молоко выливаем в большую кастрюлю, добавляем бульон, перемешиваем и доводим до кипения. Затем, уменьшив огонь, закладываем мясо, имбирь, очищенный от семян и мелко нарезанный перец, разорванные пополам листья лиметты и измельченное сорго. Варим суп, помешивая, 15–20 минут, пока мясо не станет мягким.

В готовый суп вливаем рыбный соус и сок лайма, перемешиваем и разливаем в подогретые миски. Подаем со свежим хлебом.

Примечание. Курятину можно заменить мясом индейки.

Состав: *1 куриная грудка без кожи и костей;*
300 мл куриного бульона;
400 мл густого кокосового молока;
4 ст. ложки рыбного соуса;
4 ст. ложки сока лайма (можно заменить лимонным);
2 стручка перца чили;
6 ломтиков имбиря;
6 растолченных горошин черного перца;
4 свежих листа лиметты;
1 стебель лимонного сорго.

Куриный суп *(корейская кухня)*

В кастрюлю наливаем приблизительно 5 л воды, кладем куриное мясо, варим до тех пор, пока мякоть не разварится настолько, что ее легко можно будет проткнуть острым ножом.

Мясо разрезаем на небольшие кусочки, заправляем соевым соусом (одна столовая ложка), подсоленным кунжутом, толченым луком и чесноком. Яйцо нарезаем тонкими дольками.

Куриный бульон заправляем солью и остатками соевого соуса. В каждую тарелку кладем порцию куриного мяса, заливаем бульоном, посыпаем кунжутом и перцем, кладем по 2 дольки яйца.

Состав: *2 кг куриного мяса;*
20 г чеснока;
20 г соли;
5 г подсоленного кунжута;
100 г зеленого лука;
1 яйцо;
70 г соевого соуса;
черный молотый перец.

Кисло-сладкий суп (кенг том сом) *(тайская кухня)*

Лук-шалот, креветочную пасту, соль, перец, чеснок и корень кориандра – все вместе толчем в ступке. Получившуюся смесь обжариваем в масле до появления запаха, после чего добавляем воду. Доводим до кипения, а затем добавляем мясо и нашинкованный имбирь. Приправляем суп апельсиновым соком, добавив немного сахара (вкус супа должен быть скорее кислым, чем сладким). Добавляем овощи и подаем на стол.

Примечание. В этот суп овощи кладут по вкусу. Указанные в рецепте овощи можно заменить другими, например капустой, стручковой фасолью или экзотическими плодами, такими, например, как зеленая папайя.

Состав: *1 кг курицы, или свинины, или свиных ребрышек, или рыбы, нарезанных на небольшие кусочки;*

$^1/_2$ стакана мелко нарезанного лука-шалота;

по 1 ст. ложке соли, перца, чеснока и корня кориандра;

1 ст. ложка креветочной пасты;

6 стаканов воды;

масло для жаренья;

2 стакана тонко нарезанного имбиря;

апельсиновый сок;

коричневый сахарный песок по вкусу;

$^1/_2$ стакана крупно нарезанного зеленого лука;

1 стакан кабачка или редьки, нарезанных кубиками.

Суп из утки *(корейская кухня)*

Утиное мясо полностью зальем водой и поставим варить. В процессе варки добавим частями мелко нашинкованный лук. Немного недоваренное мясо заправим соевым соусом и солью. Когда мясо начнет отделяться от костей, вынимаем его. Снимаем жир, образовавшийся сверху, и прокипятим его. Когда жир немного остынет, перемешаем его с красным молотым перцем. Разделим мясо на небольшие кусочки, удалив кости. Перемешаем с нарезанным длиной 3 см луком, толченым чесноком, соевым соусом, солью, утиным жиром с перцем. Выкладываем на тарелки, заливаем сильно кипящим бульоном.

Состав: *1 кг утиного мяса;*
100 г зеленого лука;
30 г чеснока;
10 г соли;
80 г соевого соуса;
15 г красного молотого перца.

Суп из утки (2-й вариант, *корейская кухня*)

Мясо нарезаем на ломтики длиной 5 см, шириной 3 см. Нарезаем капусту на полоски длиной 4 см, шириной 1 см. Молодой красный перец разрезаем вдоль, чистим от семян, нарезаем на куски длиной

4 см. Лук нарезаем на такие же куски. Чеснок измельчаем.

Наливаем в кастрюлю воды и кладем туда куски мяса. Доводим до кипения на сильном огне, а затем варим на слабом огне. Накипь снимаем. Когда мясо хорошо проварится, закладываем капусту и красный перец; после закипания – лук, чеснок, соевый соус. Когда капуста сварится, солим.

Как только суп закипит, заправляем его черным молотым перцем и концентрированным куриным бульоном.

Примечание. При варке мяса тщательно снимайте жир, накипь и пену, суп в это время не пробовать!

Состав: *200 г утиного мяса;*
50 г капусты;
10 г зеленого лука;
5 г чеснока;
2 г соли;
5 г соевого соуса;
0,3 г черного молотого перца;
10 г молодого красного перца;
0,5 г концентрированного куриного бульона.

Суп с манту из утки *(корейская кухня)*

Мясо мелко нарезаем или пропускаем через мясорубку. Ошпаренную крутым кипятком капусту мелко нарезаем. Лук и чеснок измельчаем. Выжав имбирь, получим сок. В мясо, соевый творог и капусту добавляем измельченные лук и чеснок, сок имбиря, масло, соевый соус, красный молотый перец, молотый кунжут, хорошо перемешиваем – начинка для манту (корейские пельмени) готова.

Добавим в муку чуть теплую воду, замесим тесто, сделаем из него кружочки – заготовки для пельменей; вырезаем тонко раскатанное тесто граненым стаканом. Кладем на кружочки из теста начинку, соединяем и плотно защипываем края. Манту опускаем в кипящую воду и варим. Когда они сварятся, в бульон добавим соль, черный молотый перец и концентрированный куриный бульон.

Переложим манту в фарфоровую миску, зальем горячим бульоном и заправим яйцом.

Состав на одну порцию: *100 г мяса утки;*
50 г капусты;
20 г зеленого лука;
1 г сока имбиря;
2 г соли;
0,1 г черного молотого перца;
0,5 г подсоленного кунжута;
3 г яйца;
150 г пшеничной муки;
50 г соевого творога;
5 г чеснока;
3 г растительного масла;
5 г соевого соуса;
0,3 г концентрированного куриного бульона;
0,5 г красного молотого перца.

Суп с фрикадельками из утиного мяса *(корейская кухня)*

Мясо отделим от костей, очистим от пленок и сухожилий, измельчим. Соевый творог завернем в марлю, отожмем влагу и размельчим. Половину лука нарежем на части длиной 3 см, другую – тщательно измельчим вместе с чесноком и имбирем. Соединим мясо утки, лук, чеснок, соевый творог, молотый кунжут, соль. Все тщательно перемешаем и дадим пропитаться в течение 20 минут, затем сделаем фрикадельки.

Хорошо проварим кости и пленки, а затем удалим их из бульона.

В бульон опустим фрикадельки и сварим. Во время варки добавим соевый соус, порезанный лук, а когда вода сильно закипит – яйцо, черный молотый перец и фигурно нарезанный красный перец.

Состав: *150 г мяса утки;*
40 г соевого творога;
30 г зеленого лука;
3 г чеснока;
2 г имбиря;
30 г яйца;
2 г соли;
1 г подсоленного кунжута;
4 г соевого соуса;
0,3 г тонко нарезанного красного перца (как украшение);
0,2 г черного молотого перца.

Суп из зайчатины

Тушку зайца предварительно вымачиваем в течение нескольких часов в холодной воде, затем тщательно моем, отделяем мясо от костей, нарезаем его

на ломтики длиной 3 см. В мясо добавляем толченые лук и чеснок, половину соевого соуса, растительное масло, все перемешиваем и даем постоять минут 20. Редьку нарезаем кубиками. В разогретую посуду кладем мясо, быстро обжариваем, добавляем редьку и тушим до полуготовности. Заливаем водой с верхом и кипятим. Образующуюся пену снимаем. Когда мясо и редька сильно разварятся, суп солим и заправляем оставшимися луком и чесноком.

Разливаем суп по тарелкам, посыпаем кунжутом и красным молотым перцем.

Состав: *1 кг зайчатины;*
1 кг редьки;
100 г зеленого лука;
30 г чеснока;
3 г красного молотого перца;
20 г соли;
5 г соевого соуса;
10 г растительного масла;
5 г подсоленного кунжута.

Сапсо из говядины

Мясо мелко нарезаем, добавляем лук, сахар, соль, перец и оставляем на час. Если соку выделится недостаточно и мясо покажется сухим, следует добавить воды и тушить 10 минут. Кладем морковь, нарезанную тонкими кружочками, через 5 минут – капусту и лук, доливаем воды столько, чтобы все овощи были покрыты, и варим до мягкости. Саго заливаем холодной водой и варим отдельно. Саго должно быть рассыпчатым.

Суп завариваем мукой, заправляем солью и перцем, даем закипеть. По желанию можно добавить сливочное масло. Сапсо подаем в горячем виде.

Состав: *500 г капусты;*
250 г говядины (свинины);
16 г сахарного песка;
50 г пшеничной муки;
50 г зеленого лука;
150 г моркови;
5 г чеснока;
0,2 г черного молотого перца;
5 г саго.

Олья подрига *(испанская кухня)*

Мясо и шпик заливаем 2 л холодной воды и ставим на огонь. Через полчаса добавляем замоченный с ночи горошек и специи. Когда мясо будет почти совсем готово, добавляем очищенные и мелко порезанные морковь, картофель, лук, чеснок и нарезанную тонкими полосками капусту. Через 10 минут добавляем нарезанные помидоры. Варим до готовности. Затем мясо вынимаем, отделяем от костей. Колбасу нарезаем ломтиками, добавляем к овощам и даем супу еще раз закипеть. Готовое блюдо посыпаем зеленью петрушки или тертым сыром.

Состав: *250 г говядины с костью;*
150 г свинины;
150 г телятины или баранины;
150 г шпика;
1–2 копченые колбаски;
150 г зеленого горошка;
1/2 кочана савойской капусты;
350 г моркови;
4 картофелины;
1/2 небольшого корня сельдерея;
2 луковицы;
1 долька чеснока;
2–3 помидора;
1 лавровый лист;
5–6 горошин черного перца;
соль;
2–3 ст. ложки нарубленной зелени петрушки или тертого сыра.

Тайский рисовый суп

В небольшой сковороде разогреваем масло, обжариваем в нем тертый чеснок до золотистого цвета и выкладываем его на папиросную бумагу, чтобы стек лишний жир.

Бульон доводим до кипения, прибавляем фарш, рис, нарезанный ломтиками сельдерей и мелко нашинкованный лук. Варим, помешивая, еще 15 минут. Вливаем рыбный соус, кладем кинзу и перец, посыпаем жареным чесноком.

Примечание. Вместо свиного фарша можно использовать куриный.

Состав: *250 г свиного фарша;*
350 г отварного риса;
850 мл мясного или куриного бульона;
1 ст. ложка рыбного соуса;
2 ст. ложки растительного масла;
2 зубчика чеснока;
2 молодые луковицы;
2 черешка сельдерея;
1 ст. ложка мелко нарубленной зелени кинзы;
1 щепотка белого перца.

Суп из молодого барашка *(турецкая кухня)*

Мясо отвариваем с измельченной зеленью в $^1/_4$ л слегка подсоленной воды. Рис промываем и отвариваем в процеженном бульоне. Желтки, йогурт и лимонный сок осторожно взбиваем и добавляем, постоянно помешивая, в снятый с огня горячий суп с мясом и рисом.

Состав: *500 г молодого барашка (или баранины);*
$^1/_2$ стакана риса;
1 пучок зелени;
2 желтка;
1 стакан йогурта;
сок 1 лимона;
соль.

Суп из баранины с карри по-индийски

Мясо разрезаем на крупные куски и обжариваем. Лук мелко рубим, пассеруем, приправляем карри. Соединяем его с мясом, солим, заливаем водой, добавляем лавровый лист и зелень и варим до готовности. Затем бульон процеживаем, вливаем в него лимонный сок и сметану.

Подаем в мисках, положив в каждую по 1–2 куска мяса. Можно отдельно подать рис.

Состав: *300–400 г баранины;*
1,5 ст. ложки сливочного масла;
3 ст. ложки сметаны;
3 ч. ложки лимонного сока;
1 луковица;
по 3–4 веточки петрушки и укропа;
2 ч. ложки карри;
лавровый лист и соль по вкусу;
300 г отварного рассыпчатого риса.

Яичный суп с ветчиной

Ветчину нарезаем полосками, лук – тонкими кружками. Яйца взбиваем с соевым соусом, кунжутным маслом и перцем и вливаем через ситечко, помешивая, в кипящий бульон. Кастрюлю снимаем с огня, кладем ветчину и лук, даем настояться и подаем суп в нагретых мисках, украсив зеленью петрушки.

Примечание. Вместо куриного бульона можно взять овощной.

Состав: *50 г постной вареной ветчины;*
3 яйца;
2 молодые луковки;
1 л куриного бульона;
1 ст. ложка соевого соуса;
1 ч. ложка кунжутного масла;
молотый черный перец по вкусу;
зелень петрушки для украшения.

Суп-пюре по-индийски

Соус: муку пассеруем в масле, прибавляем соль и карри, разводим водой и доводим до кипения.

Лук мелко рубим, заливаем кипятком, даем постоять, затем воду сливаем. У яблок удаляем сердцевину, запекаем и протираем через сито. Лук и яблоки кладем в соус, прибавляем еще соль и карри, провариваем и процеживаем.

Перед подачей на стол суп заправляем кипяченными сливками и сливочным маслом. В каждую миску кладем по 1 ст. ложке риса.

Состав: *400 г белого соуса;*
2 яблока;
2 луковицы;
1 яйцо;
2 ст. ложки сливок;
1 ст. ложка сливочного масла;
2 ч. ложки карри;
соль по вкусу;
2–3 ст. ложки отварного рассыпчатого риса.
Для соуса: *2 ст. ложки муки;*
150 г сливочного масла;
1 ст. ложка карри;
вода, соль.

Прозрачный суп с фаршированными грибами (кенг тьит) *(тайская кухня)*

Бульон готовим из костей обычным способом, но кастрюлю накрываем крышкой, иначе бульон не будет прозрачным.

Сушеные грибы вымачиваем, пока они не станут мягкими, а затем удаляем ножки. Кабачок чистим, нарезаем кубиками и варим до готовности в бульоне.

Все, что предназначено для начинки, перемешиваем и получившимся фаршем наполняем каждый из грибов. Варим на пару до готовности.

Перед подачей на стол в каждую тарелку кладем фаршированные грибы и кусочки кабачка и заливаем их супом, приправляем кинзой.

Состав: *6 стаканов мясного бульона;*
18 маленьких сушеных белых грибов;
1 небольшой кабачок.
Для начинки: *1 стакан молотой свинины;*
по 2 ч. ложки толченых соли, перца, чеснока и корня кориандра;
2 ч. ложки соевого соуса;
1 ст. ложка мелко нарезанной кинзы;
1 ст. ложка мелко нарезанного зеленого лука.

Суп ебаба *(марокканская кухня)*

Сушеный хлеб натираем. Изюм отвариваем в воде, добавляем хлеб и готовим не слишком густой суп, который подслащиваем медом.

Подаем в горячем или холодном виде. Рассчитано на 2 порции.

Состав: *горсть изюма;*
250 г сушеного хлеба;
мед.

Суп из пива – ёлеброд *(скандинавская кухня)*

В пиво кладем корку лимона и доводим до кипения. 1 ст. ложку муки разводим в холодном молоке и добавляем в кипящее пиво. Заправляем сахаром и солью. Яйцо смешиваем с мукой, прибавляем немного молока, хорошо размешиваем, чтобы не было комочков, и вливаем в суп. Кипятим 5 минут и снимаем с огня. Яичный желток и несколько ложек супа хорошо взбиваем и добавляем в суп.

Состав: *1 бутылка светлого пива;*
1 бутылка темного пива;
корочка лимона или имбирь;
1–2 ст. ложки сахара;
2 ст. ложки муки;
1 яйцо;
1 яичный желток;
молоко.

ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ

«Небесное яство» *(японская кухня)*

Рыбное филе нарезаем полосками, лук и корень сельдерея – тонкими ломтиками, стручковый перец – лапшой. Из рисовой и пшеничной муки, вина, белков и воды замесим довольно густое тесто. Воду следует предварительно смешать с белками и выдержать на холоде 3 дня.

Рыбу и овощи обмакиваем в тесто и поджариваем на сковороде.

Соус: прокипятим воду с имбирем, вольем вино и соевый соус, размешаем и соединим с нашинкованной редькой. Подаем рыбу под соусом.

Состав: *120 г рыбного филе;*
1 ст. ложка рисовой муки;
3 ст. ложки пшеничной муки;
3 яичных белка;
$^1/_2$ ч. ложки десертного вина;
100 г растительного масла;
5 г репчатого лука;
8 г корня сельдерея;
20 г стручкового перца.
Для соуса: *20 г десертного вина;*
0,2 г молотого имбиря;
10 г соевого соуса;
30 г воды;
10 г редьки.

Фаршированная рыба *(тайская кухня)*

Отрезав у рыбы голову, разделяем ее на две половины, удалив хребтовую кость.

Соль, перец, чеснок и корень кориандра – все вместе толчем в ступе и смешиваем с молотой свининой. Получившуюся смесь укладываем на половинки рыбы. Сверху кладем веточку сельдерея.

Жидкая панировка: тщательно перемешаем все предназначенные для нее ингредиенты.

Обмакиваем рыбу в жидкую панировку и обжариваем в горячем масле до золотистого цвета.

Примечание. Это блюдо можно подавать как горячую закуску.

Состав: *6 скумбрий, выпотрошенных и отваренных на пару;*

1 стакан молотой свинины;

по 1 ст. ложке мелко нарезанного чеснока, соли, перца и корня кориандра;

листья сельдерея;

жидкая панировка;

масло для жаренья.

Для жидкой панировки: *по 1 стакану муки и воды;*

1 ч. ложка пищевой соды;

2 ст. ложки масла.

Фаршированный карп по-турецки

Очищенного и промытого карпа разрезаем вдоль хребта. Вынимаем позвоночные и реберные кости, потрошим и хорошо промываем.

Готовим фарш из поджаренного лука, мелко изрубленных молок, икры, зелени, толченых грецких орехов, перца, соли. Фаршируем рыбу, разрез зашиваем. Заворачиваем карпа в пласт крутого пресного теста, приготовленного из муки, растительного масла и воды. Запекаем в духовке.

Состав: *200 г карпа;*
40 г растительного масла;
20 г лука;
60 г муки;
80 г грецких орехов;
зелень, перец, соль, мука.

Рыба фри в кокосовой панировке

В глубокую сковороду наливаем масло слоем около 5 см и раскаливаем его до 120 °С. Рыбу, нарезанную квадратиками 2,5 × 2,5 см, обваливаем в мучной смеси, в яйце, затем в кокосовой стружке (избыток ее стряхнуть). Обжариваем во фритюре и выкладываем на папиросную бумагу, чтобы стек лишний жир. Держим в теплом месте.

В разогретом масле обжариваем 2 минуты имбирь, мелко нарезанный перец чили, тертый чеснок, кориандр и мускатный орех. Добавляем жидкие составляющие, солим, перчим и варим на небольшом огне около 3 минут. Рыбу подаем на стол с рассыпчатым рисом. Соус подаем отдельно.

Примечание. Кокосовую стружку можно заменить кунжутом.

Состав: *500 г филе леща или камбалы (без кожи и костей);*
1 яйцо;
50 г кокосовой стружки;
1 стручок перца чили (без семян);
1 зубчик чеснока;
1 ст. ложка подсолнечного масла;
1 ч. ложка тростникового сахара;
1 ч. ложка тертого свежего имбиря;
1/4 ч. ложки молотого сушеного перца чили;
1 ч. ложка молотого кориандра;
1/2 ч. ложки тертого мускатного ореха;
2 ст. ложки томатного пюре;
2 ст. ложки томатного чатни;
2 ст. ложки темного соевого соуса;
2 ст. ложки лимонного сока;
2 ст. ложки воды;
соль и молотый черный перец по вкусу;
смесь муки с солью и перцем для панировки;
растительное масло для жарки.

Карп по-турецки

Нарезаем лук, заливаем водой, доводим до кипения. Воду сливаем, а лук перекладываем в кастрюлю. Добавляем томатный сок, мелко нарезанные помидоры, лимонный сок, сливочное масло, соль. Нарезанную на куски рыбу укладываем сверху, закрываем крышкой и тушим 30 минут. Затем рыбу вынимаем, а лук и помидоры протираем через сито.

Подаем с жареным картофелем, полив выделившимся соком, и посыпаем зеленью.

Состав: *200 г карпа;*
20 г лука;
40 г томатного сока;
150 г жареного картофеля;
10 г сливочного масла;
40 г помидоров;
сок 1 лимона;
зелень, соль.

Рыба по-египетски

Рыбу чистим, моем, надсекаем по диагонали, натираем солью и перцем и обжариваем на смазанной жиром сковороде.

Затем польем растительным маслом и поставим запекать в теплую духовку. Время от времени сбрызгиваем растительным маслом.

Орехи и изюм поджариваем в небольшом количестве растительного масла, убираем их со сковороды, а в сковороду кладем помидоры, посыпанные солью и перцем, и тушим до тех пор, пока они не развалятся. Затем протираем сквозь сито, ставим еще раз на небольшой огонь и даем соусу немного загустеть.

Рыбу выкладываем на блюдо, сверху посыпаем орехами и изюмом, а перед подачей на стол поливаем томатным соусом.

Состав: *1 кг рыбы (треска, камбала);*
1 стакан растительного масла;
100 г очищенного миндаля или орехов;
50 г изюма;
500 г помидоров;
перец, соль;
жир для жаренья (растительный);
томатный соус.

Тушеная рыба по-тайски

Нарезанную довольно толстыми ломтиками рыбу кладем в миску, посыпаем нарезанным колечками луком-шалотом и рубленым сорго, помещаем в пароварку и тушим до мягкости 10 минут.

Смешиваем сок лайма с рыбным соусом и сахаром. Отдельно смешиваем мелко нарубленные чеснок и перец чили.

Миску с рыбой вынимаем из пароварки, поливаем соусом, посыпаем чесноком и перцем и сразу же подаем с жареными овощами и отварным рисом.

Примечание. Вместо белой рыбы подойдет лосось.

Состав: *500 г филе белой рыбы;*
2 луковки-шалот;
2 зубчика чеснока;
1 стручок красного;
1 стручок зеленого перца чили;
1 стебель лимонного сорго;
1 ч. ложка тростникового сахара;
2 ст. ложки рыбного соуса;
3 ст. ложки сока лайма.

Запеченный ерш

Рыбное филе сбрызгиваем соком лимона и оставляем на некоторое время. Петрушку нарезаем и тушим в масле. Рыбу солим, перчим, выкладываем в кастрюлю с тушеной зеленью, обливаем сметаной и сверху кладем мандариновые дольки. Все посыпаем тертым сыром и ставим запекать в духовку на 20 минут.

К блюду подаем рассыпчатый рис.

Состав: *филе 3 ершей (или ставриды);*
сок лимона;
соль, черный перец;
75 г сливочного масла;
$^1/_2$ стакана сметаны;
петрушка;
2 мандарина;
2 ст. ложки тертого сыра;
рис.

Рыба в кисло-сладком соусе по-китайски

Очищенную и вымытую рыбу целиком поджарим в масле до появления хрустящей корочки. В небольшой сковороде расплавим до коричневого цвета сахар. Отдельно потушим нарезанные тонкими ломтиками картофель и грибы (сушеные предварительно размочим в течение 2 часов) с соевым соусом, лимонным соком (уксусом), тонко нарезанным луком, имбирем и солью. Когда овощи станут мягкими, прибавим жженый сахар. Горячий соус (он должен получиться довольно густым) выливаем на еще теплую рыбу.

Состав: *500 г пресноводной рыбы;*
200 г лука-порея;
1 горсть свежих или 50 г сушеных грибов;
2–3 картофелины;
100 г растительного масла;
2 ст. ложки сахара;
1 ст. ложка соевого соуса;
молотый имбирь на кончике ножа;
лимонный сок;
соль по вкусу.

Рыба по-астурийски

Лук мелко рубим и обжариваем в половине указанного количества сливочного масла. Добавляем муку и пережариваем вместе с луком. Затем осторожно вливаем $^1/_4$ л воды и соус, хорошо перемешиваем, чтобы не было комочков. Добавляем вино и шоколад, гвоздику, корицу, соль и перец. Огнеупорную плоскую миску смазываем жиром и ставим на край плиты или на очень маленькое пламя. Разделанную на порционные куски рыбу кладем в миску, заливаем соусом и тушим на совсем слабом огне. Грибы чистим, мелко режем, тушим в оставшейся части масла и за 10 минут перед подачей на стол выкладываем в миску с рыбой.

Подать рыбу с рисом.

Состав: *500 г трески или наваги;*
$^1/_2$ стакана белого вина;
1 небольшая луковица;
80 г масла или маргарина;
1 ч. ложка тертого шоколада;
горсть шампиньонов;
1 ст. ложка муки;
щепотка молотой гвоздики;
щепотка корицы;
соль, перец.

Котлеты рыбные *(японская кухня)*

Рыбное филе пропускаем через мясорубку, смешиваем с мукой, яичным желтком, вином, взбитым с сахарным песком белком, солью, перцем. Выливаем массу на сковороду с маслом и обжариваем до золотистого цвета с обеих сторон.

Охладив, разрезаем на полоски и подаем с зеленым салатом.

Состав: *20 г рыбного филе;*
1 яйцо;
5 г соевого соуса;
30 г растительного масла;
5 г десертного вина;
5 г кукурузной муки;
10 г сахарного песка;
черный молотый перец, соль.

Рыбные котлеты *(тайская кухня)*

Лук-шалот, чеснок, лимонную цедру, корень кориандра, имбирь, перец, креветочную пасту, стручки перца и соль – все вместе мелко толчем. Хорошо перемешиваем получившийся порошок с рыбой и бобами, затем немного обжариваем на сковороде. Приправим по вкусу, затем сформируем из смеси небольшие плоские шарики и обжарим их до золотистого цвета.

Шарики можно также отварить на пару и хранить в холодильнике до дальнейшего использования.

Состав: *1/2 кг пресноводной рыбы, очищенной от костей;*

1/4 кг мелко нарезанной стручковой фасоли;

1 яйцо;

по 1/2 стакана нарезанного лука-шалота, чеснока и лимонной цедры;

по 1/2 ст. ложки мелко нарезанного корня кориандра и имбиря;

1/2 ч. ложки черного перца;

1 ст. ложка креветочной пасты;

5–10 стручков сушеного перца;

1/2 ст. ложки соли;

растительное масло.

Жареная рыба с молоками (ям пла дук) *(тайская кухня)*

Рыбу обжарим, удалим молоки и отложим их в сторону. Рыбу развернем и мякоть размягчим вилкой. После этого обжарим в горячем масле до образования хрустящей корочки и нарежем на небольшие куски. Молоки, лук-шалот, имбирь и крыжовник перемешаем, приправим лимонным соком, сахарным песком и солью. Затем добавим кинзу, стручковый перец и куски жареной рыбы.

Состав: *1 крупная пресноводная рыба с молоками;*

по $^1/_2$ стакана нашинкованного имбиря и зеленого крыжовника (или кислой сливы);

сок лимона;

коричневый сахарный песок;

соль, кинза, мелко нарезанный стручковый перец, растительное масло.

Вместо лука-шалота можно использовать чеснок, обжаренный в масле.

Пирожки из рыбы *(тайская кухня)*

Все перемешаем, из получившейся смеси сформируем пирожки в виде рыбок. Пирожки можно отварить на пару и хранить в холодильнике до использования или же обжарить до золотистого цвета и подать на стол.

Состав: *1 стакан измельченной отварной рыбы;*
1 стакан пюре из отварного риса;
1 ст. ложка истолченной смеси соли, перца,
чеснока и корня кориандра;
растительное масло.

Шарики из соленой рыбы *(тайская кухня)*

Все перемешаем, из получившейся смеси сформируем небольшие шарики и сварим их на пару до готовности. Когда шарики остынут, обжарим их во фритюре до золотистого цвета.

Состав: *по 1 стакану обжаренной сельди (берется только мякоть) и молотой свинины;*

по 1 ст. ложке мелко нарезанного зеленого лука и кинзы;

1 ч. ложка молотого перца; растительное масло.

Рыбно-овощной фарш (миенг пла ту) *(тайская кухня)*

Все перемешаем, добавив в фарш по вкусу немного лимонного сока и стручкового перца.

Подаем с гарниром из салата и кинзы, а также с жареным рисом.

Примечание. Этот фарш можно использовать и для приготовления бутербродов.

Состав: *2 стакана измельченного жареного филе рыбы;*

по $^1/_2$ стакана мелко нарезанных лука-шалота, имбиря, кислой сливы, жареного арахиса;

по вкусу лимонный сок и стручковый перец.

«Цветы из креветок» *(тайская кухня)*

Используя формочку для пирожных, нарезаем хлеб в виде цветов.

Креветки чистим и хорошо перемешиваем с другими ингредиентами. Получившуюся массу выкладываем на хлеб, а сверху посыпаем семенами кунжута.

Отвариваем на пару до готовности креветочную массу. После этого креветки можно хранить в холодильнике. Непосредственно перед подачей на стол их надо обжарить до золотистого цвета.

Примечание. Если не отварить «Цветы из креветок» на пару, то при жарке не получится ровного золотистого оттенка.

Состав: *1 буханка хлеба;*

1 кг креветок;

2 ст. ложки истолченной смеси соли, перца, чеснока и корня кориандра;

1/4 стакана свиного сала, нарезанного маленькими кубиками;

1 ч. ложка муки;

1 яйцо;

семена кунжута.

Лангусты или крабы по-сиамски

Мясо крабов сполоснем теплой водой, смешаем с мелко нарубленным луком, солью, перцем, уксусом, растительным маслом и порошком имбиря. Поставим на час для маринования.

Из муки, молока и яйца приготовим жидкое тесто и также отставим на час.

Лук мелко нарезаем, смешиваем с мелко нарубленным имбирем, прибавляем целую дольку чеснока и тушим. Как только лук станет мягким, удалим чеснок, добавим томат-пюре и смешаем, хорошо посолим и поперчим. Кусочки маринованного мяса крабов слегка обсушим, обмакнем в приготовленное тесто и зажарим в большом количестве хорошо разогретого растительного масла.

Подаем тотчас с рассыпчатым рисом. Из предлагаемых компонентов готовим соус, подаем отдельно в соуснике.

Состав: *4 отварных хвоста лангуста или 1 консервная банка крабов;*

1 маленькая луковица;
уксус;
растительное масло;
молотый имбирь на кончике ножа;
1 яйцо;
мука;
молоко;
перец и соль.
Шанхайский соус: *томат-пюре;*
3 луковицы средней величины;
1 долька чеснока;
немного мелко нарубленного имбиря;
соль, перец;
растительное масло.

Клецки из лангуста

Лук слегка обжарить в хорошо разогретом растительном масле, добавить ветчину, затем муку и осторожно подлить молоко, непрерывно помешивая подливку, чтобы в соусе не получились комочки. Мясо лангуста мелко порубить и прибавить в кастрюлю – тушить все на очень слабом огне, приправить солью, мускатным орехом и перцем. Затем дать массе остыть, сформовать из нее небольшие шарики, обвалять их в яйце и сухарях и зажарить в кипящем масле до образования коричневой хрустящей корочки.

Состав: *250 г лангуста или куриного мяса;*
5–6 ст. ложек растительного масла;
5 неполных ст. ложек муки;
1 ст. ложка мелко нарубленного репчатого лука;
1/4 л молока;
перец, соль, мускатный орех;
50 г ветчины;
2 яйца;
панировочные сухари;
масло для жаренья клецок.

Крабы по-сиамски

Мясо крабов маринуем 1 час в смеси, приготовленной из рубленого лука, масла, сока лайма, имбиря, соли и перца.

Соус: мелко нарезанный лук пассеруем в масле с имбирем и целым зубчиком чеснока. Затем чеснок убираем, прибавляем томатное пюре, солим, перчим и хорошо перемешиваем.

Из муки, яйца, молока и масла готовим кляр. Кусочки мяса отжимаем от маринада, обмакиваем в кляр и жарим во фритюре до золотистого цвета.

Подаем немедленно с гарниром из рассыпчатого риса. Соус подаем отдельно.

Состав: *1 консервная банка крабов (или 4 хвоста лангустов);*
1 луковица;
$^1/_2$ ч. ложки сока лайма;
молотый сушеный имбирь на кончике ножа;
соль и молотый черный перец по вкусу;
растительное масло для жарки.
Для кляра: *1,5 ст. ложки муки;*
1 яйцо;
1,5 ст. ложки молока;
2 ст. ложки растительного масла.
Для соуса: *1 луковица;*
1 зубчик чеснока;
1,5 ст. ложки томатного пюре;
1,5 ст. ложки растительного масла;
1 щепотка имбиря;
соль и молотый черный перец по вкусу.

Морской коктейль

Черный перец толчем в ступке. Прибавляем мелко нарезанные лук-шалот и перец чили, растираем и как следует перемешиваем. Смесь обжариваем 1 минуту в раскаленном на сковороде масле. Кладем морепродукты и жарим, перемешивая, еще 4 минуты. Поливаем рыбным соусом и соком лайма, посыпаем луком, нарезанным колечками, и подаем в горячем виде с яичной или рисовой лапшой и зеленым салатом.

Примечание. Креветки можно заменить свежим лососем или тунцом, а сок лайма – лимонным.

Состав: *350 г смеси морепродуктов (мидий, кальмаров, гребешков и т. п.);*

220 г сырых креветок (очищенных);

1 луковка-шалот;

4 молодые луковки;

3 зубчика чеснока;

2 маленьких стручка перца чили;

2 ст. ложки растительного масла;

1 ст. ложка сока лайма;

1 ст. ложка рыбного соуса;

1 ч. ложка черного перца (горошком).

Маринованные овощи *(тайская кухня)*

Цветную капусту, огурцы и капусту нарезаем на куски одного размера. Каждый из видов овощей бланшируем в кипящем уксусе.

Чеснок, лук и стручковый перец смешиваем, толчем и обжариваем в масле. Когда появится запах, добавляем все бланшированные овощи и хорошо перемешиваем. Несколько минут держим на сильном огне, постоянно помешивая. Потом приправляем по вкусу и подаем к столу.

Примечание. Можно остудить овощи и хранить в банке с плотно притертой крышкой.

Состав: *по 1 стакану нарезанных цветной капусты, огурцов, белокочанной капусты;*

1 стакан кукурузы, срезанной с початка;

2 стакана уксуса, приправленного по вкусу солью и сахаром;

1 стакан масла;

по 1 ст. ложке нарезанных чеснока, лука-шалота и красного стручкового перца.

Кисло-сладкая капуста по-тайски

Капусту нарезаем полосками шириной 1 см, перец чили (без семян) – тонкими полосками. Смешиваем их с остальными продуктами, кроме масла.

В глубокой сковороде разогреваем масло и на среднем огне обжариваем капусту, перемешивая, пока она не станет мягкой (5–10 минут). Даем остыть, накрываем крышкой и ставим в холодильник до самой подачи на стол.

Подаем с рассыпчатым рисом или как отдельное блюдо.

Состав: *1 кочан капусты (около 900 г);*
1 стручок красного перца чили;
2 ст. ложки растительного масла;
2 ст. ложки светлого соевого соуса;
90 мл рисового уксуса или сухого хереса;
115 г тростникового сахара;
соль по вкусу.

Капуста по-турецки

Промытую капусту опускаем на 10 минут в кипящую воду, вынимаем и обсушиваем.

Начинка: крупно рубим 2 головки лука, обжариваем в 1 ст. ложке жира. Баранину пропускаем через мясорубку, смешиваем с размоченным в молоке и измельченным ломтиком белого хлеба, добавив мелко нарубленный шпик, соль, перец. Оставшийся жир кладем в кастрюлю и растапливаем. На дно кастрюли кладем большой ломтик шпика.

Листья кочана раскрываем, удаляем кочерыжку, наполняем кочан начинкой. Опускаем фаршированный кочан на шпик, обливаем бульоном, добавляем морковь и лук, разрезанный на 4 части, измельченную зелень, соль, перец. Ставим на сильный огонь, прикрыв крышкой, и доводим до кипения. Затем уменьшаем огонь и тушим 2 часа.

Капусту сразу подаем на стол, разделив на 4 части, с картофелем или рисом.

Состав: *1 кочан капусты средней величины;*
200 г баранины без костей;
4 луковицы;
500 г жира;
1 ломтик белого хлеба;
80 г некопченого шпика;
$^1/_2$ л мясного бульона;
2 моркови;
1 пучок зелени;
2 ст. ложки молока;
перец, соль;
1 большой ломтик шпика.

Брюссельская капуста по-брюссельски

Очищенную, вымытую брюссельскую капусту тушим в масле, добавляем немного подсоленного бульона и варим до готовности, часто встряхивая кастрюлю, чтобы шарики капусты не пригорели. Сверху посыпаем тертым мускатным орехом, снимаем с огня, желток смешиваем со сливками и заливаем этой смесью капусту.

Подаем сейчас же в подогретой миске.

Состав: *500 г брюссельской капусты;*
1 ст. ложка масла;
1 граненый стакан мясного бульона;
$^3/_4$ ст. ложки сливок;
1–2 желтка;
соль, мускатный орех.

Спаржа по-французски

Спаржу чистим, отвариваем в подсоленной воде и остужаем.

Соус: тщательно соединяем мелко нарубленную зелень, лук, нарубленное крутое яйцо, уксус, растительное масло и горчицу. Приправим солью и перцем.

Смешиваем соус с остуженной спаржей и подаем к столу. Рассчитано на 2 порции.

Состав: *500 г спаржи;*

по 1 ст. ложке мелко нарубленной зелени петрушки, зеленого лука, купыря;

1 маленькая луковица;

1 сваренное вкрутую яйцо;

щепотка соли;

щепотка черного перца;

1 ст. ложка уксуса;

3 ст. ложки растительного масла;

$^1/_2$ ч. ложки горчицы.

Спаржа под соусом из шампиньонов

Спаржу отварим, как указано в предыдущем рецепте. Из масла, муки и куриного бульона приготовим светлую подливку. Шампиньоны мелко порежем, потушим в масле и добавим сливки. Можно также приправить соком лимона, мускатным орехом и чесноком, посолить и поперчить. Добавим 2 желтка и остудим.

Соус подадим отдельно к охлажденной спарже.

Состав: *500 г спаржи;*
щепотка соли;
соус из 1 ст. ложки сливочного масла;
1 ст. ложки муки;
1/2 стакана куриного бульона;
100 г шампиньонов;
1–2 ст. ложки сливок;
1/4 штуки мускатного ореха;
2 желтка.

Овощное карри *(индийская кухня)*

Лук и чеснок мелко рубим и слегка обжариваем в жире. Добавляем карри и тушим 3–4 минуты на слабом огне, затем запускаем туда помидоры, измельченные стручки фасоли (можно добавить небольшое количество воды). Соус должен быть густоватым.

Когда фасоль будет совсем готова, добавляем очищенный, очень мелко нарезанный картофель. Все тушим с жиром, перед готовностью солим и прибавляем сок лимона.

Состав: *250 г стручковой фасоли;*

250 г картофеля;

250 г помидоров;

2 ст. ложки жира;

1 луковица;

1 зубчик чеснока;

1 ст. ложка порошка карри (или измельченного чеснока с пряностями);

соль, сок лимона.

Овощное рагу по-тунисски

Картофель, морковь, баклажаны и цуккини нарезаем кубиками, 1 луковицу крупно шинкуем, чеснок делим на зубчики. В кипящую воду закладываем овощи, снова доводим до кипения и варим на слабом огне 20 минут.

Перец чили (без семян), вторую луковицу и петрушку мелко рубим, тушим в разогретом масле, посыпаем тмином, солим, перемешиваем и соединяем с овощами.

Состав: *3 картофелины;*
2 луковицы;
1 головка чеснока;
2 моркови;
2 баклажана;
1 цуккини;
1 стручок красного перца чили;
1 пучок петрушки;
1 ч. ложка тмина;
5 ст. ложек оливкового масла;
соль по вкусу;
1 л воды.

Жареные овощи *(тайская кухня)*

Грибы размачиваем в воде, нарезаем толстыми кусками. Огурцы разрезаем пополам и, удалив семена, нарезаем кусочками. Все овощи отдельно отвариваем на пару.

Соус: смешиваем кукурузную муку с водой так, чтобы получилась жидкая смесь. Добавляем по вкусу соевый соус и рассол от маринованных соевых бобов.

Чеснок обжариваем в масле до золотистого цвета, затем добавляем все овощи, хорошо перемешивая, чтобы они как следует подогрелись. Добавляем соус и хорошо перемешиваем, чтобы смесь загустела. Добавим приправы и подаем на стол. *Примечание.* В это блюдо можно добавить нашинкованный стручковый перец, если вы его любите. Овощи можно подать на тостах или же украсить их сверху яйцом и подать на второй завтрак или на ужин.

Состав: *по $^1/_2$ стакана сушеных белых грибов, гороха, огурцов;*
1 ст. ложка кукурузной муки;
рассол от маринованных бобов;
соевый соус;
1 ст. ложка мелко нарезанного чеснока;
растительное масло.

Кабачок с зеленым горошком *(индийская кухня)*

Нагреваем растительное масло в 3-литровой низкой кастрюле с толстым дном на среднем огне. Добавляем очищенный от семян и нарезанный вдоль полосками острый перец, тмин и жарим, пока они не потемнеют. Смешиваем с ними нарезанные кубиками по 1,5 см кабачки, куркуму, кориандр, зеленый горошек, половину зелени и сливочное масло. Закрываем крышкой и тушим 10 минут, иногда помешивая. Затем открываем и жарим, пока кабачки не станут мягкими. Заправляем солью и оставшейся зеленью, осторожно перемешиваем и подаем на стол.

Состав: *1,5 ст. ложки растительного масла;*
1,5 ст. ложки несоленого сливочного масла;
1 стручок острого зеленого перца;
1 ч. ложка тмина;
700 г маленьких без семян кабачков;
$^1/_2$ ч. ложки куркумы;
1 ст. ложка молотого кориандра;
1,5 стакана зеленого горошка;
3 ст. ложки нарубленной кинзы, петрушки или мяты;
1 ч. ложка соли.

Жареная соленая редька *(тайская кухня)*

Редьку промываем, сушим и шинкуем.

Кусочки свиного сала обжариваем до образования корочки. Большую часть жира сливаем. Кладем на сковороду чеснок и обжариваем до золотистого цвета. Затем добавляем яйца и сахарный песок и хорошо перемешиваем. Прибавляем редьку и кусочки обжаренного свиного сала. Все вместе держим еще немного на огне, затем подаем на стол.

Примечание. Это блюдо хорошо подать с рыбным супом.

Состав: *2–3 соленые редьки размером около 15 см;*

1 стакан нарезанного свиного сала;

2 яйца;

2–3 мелко нарезанных зубчика чеснока (всего около 1 ст. ложки);

сахар по вкусу.

Цикорий по-брюссельски

Цикорий, очищенный и промытый, выкладываем в смазанную маслом форму для запекания. Сбрызгиваем соком лимона, чтобы цикорий не потемнел. Солим и сверху укладываем предварительно очищенные яблоки, нарезанные дольками. Добавляем сахар на кончике ножа и поливаем сливками. Обильно посыпаем тертым сыром, сверху кладем несколько маленьких кубиков масла и, плотно закрыв крышкой, ставим форму на 15 минут в умеренно разогретую духовку для запекания.

Состав: *400 г цикория;*
1–2 ст. ложки масла;
3–4 ст. ложки сметаны;
2 яблока;
2 ст. ложки сока лимона;
соль, сахар;
2–3 ст. ложки тертого сыра.

Тушеные овощи *(японская кухня)*

Чистим и мелко нарезаем морковь и лук. Нарезаем стручки фасоли на кусочки (по 3 см). Чистим репу и разрезаем каждую на 4–6 частей.

Кипятим воду в большой кастрюле, солим, кладем морковь и варим несколько минут, затем добавляем лук, фасоль, горошек и тушим. Когда овощи будут почти готовы, добавляем репу и тушим до готовности. Отбрасываем овощи на дуршлаг и сушим. Сливаем воду из кастрюли, вливаем туда масло и кладем все овощи, добавив петрушку, и снова тушим. Солим, перчим по вкусу.

Готовые овощи украшаем мелко нарезанной петрушкой.

Состав: *2 моркови;*
12 маленьких луковиц;
80 г стручковой фасоли;
100 г зеленого горошка;
4 репы;
1 ч. ложка соли;
1 ст. ложка растительного масла;
2 ст. ложки петрушки;
соль, перец.

Перец, запеченный с брынзой *(турецкая кухня)*

Стручковый перец нарезаем кусочками и обжариваем до мягкости, убрав семена. Взбиваем яйца, добавляем измельченную брынзу, молоко, перец, соль. Все хорошо перемешиваем, соединяем со стручковым перцем и снова размешиваем. Выкладываем массу в сковороду, смазанную маслом, и запекаем в духовке до образования румяной корочки. При подаче посыпаем зеленью.

Состав: *400 г стручкового перца;*
20 г растительного масла;
2 яйца;
100 г брынзы;
200 г молока;
зелень, перец, соль.

Запеченный фаршированный перец *(мексиканская кухня)*

Стручки перца разрезаем вдоль, удаляем семена, заливаем горячей водой и оставляем на 20 минут, чтобы немного размякли. Сыр нарезаем кубиками. Если используется мясо, то смешиваем его с жареным, мелко нарезанным луком, солим и перчим. Фаршем наполняем половинки перца, складываем их вместе и обвязываем ниткой.

Из муки, воды и желтков замешиваем тесто. Белки отдельно взбиваем и добавляем туда же. Нафаршированные стручки перца обмакиваем в тесто и каждый обжариваем во фритюре, затем выкладываем на сито или вощеную бумагу, чтобы стек лишний жир.

Подаем с томатным соусом.

Состав: *8 стручков сладкого перца (можно маринованного);*
250 г сыра или 200 г мяса;
1 луковица;
соль и перец по вкусу;
растительное масло для фритюра.
Для теста: *4 яйца;*
4 ст. ложки муки;
2 ст. ложки воды.

Баклажаны по-стамбульски

Вымочим в подсоленной воде разрезанные пополам баклажаны, чтобы удалить горечь, затем обжарим их в масле. Припустим до полуготовности в воде морковь и сельдерей, нарежем их кубиками.

Испечем сладкий перец, очистим от кожицы, мелко нарежем. Обжарим на масле измельченный лук, добавим подготовленные овощи и нарезанные кусочками помидоры (100 г), зелень, растертый чеснок, перец, соль. Мелко нарубим мякоть баклажанов (без кожицы), смешаем с овощным фаршем. Наполним этим фаршем баклажаны. Уложим на смазанную маслом сковороду, накроем каждую половинку баклажанов ломтиком помидора и запечем в духовке 15–20 минут. Подаем в холодном виде.

Состав: *500 г баклажанов;*
100 г репчатого лука;
200 г помидоров;
100 г растительного масла;
по 80 г моркови, корня сельдерея и сладкого перца;
4 зубчика чеснока;
зелень, черный перец, соль.

Кабачки по-турецки

Очистим и нарежем брусочками кабачки, обжарим в масле и достанем оттуда.

В том же масле обжарим измельченный лук. Добавим кабачки, толченый чеснок, вольем немного воды и поставим тушить до готовности. Прибавим мелко нарезанную зелень, муку, разведенную лимонным соком, соль. Варим на слабом огне, пока не выпарится жидкость.

Состав: *1 кг кабачков;*
250 г репчатого лука;
25 г чеснока;
100 г растительного масла;
50 г муки;
25 г лимонного сока;
зелень петрушки, соль.

Сюрприз из цветной капусты и картофеля *(индийская кухня)*

Картофель чистим, нарезаем кружочками по 6 мм, промываем в холодной воде, обсушиваем, прикладывая бумажные салфетки. Вливаем достаточное количество масла в глубокую сковороду (или фритюрницу), чтобы заполнить наполовину. Ставим на средний огонь и медленно нагреваем. Осторожно опускаем картофель в масло и жарим до золотисто-коричневого цвета (8–10 минут). Извлекаем кусочки шумовкой и раскладываем на противень, выложенный бумажными салфетками, ставим в предварительно нагретую духовку.

Обжариваем разделанную на соцветия капусту, пока не станет мягкой, золотисто-коричневого цвета.

Когда все овощи поджарятся, перекладываем их еще горячими в большую миску. Всыпаем тмин, черный и красный перец, куркуму, соль. Все перемешиваем.

Перед самой подачей на стол заливаем йогуртом (или сметаной), украшаем веточками петрушки.

Состав: *2 большие картофелины;*

растительное масло;

1 средний кочан цветной капусты (около 1 кг);

1 ч. ложка прожаренного тмина;

$^1/_2$ ч. ложки черного молотого перца;

1 щепотка красного молотого перца;

$^1/_2$ ч. ложки куркумы;

1 ч. ложка соли;

1 стакан домашнего или жирного магазинного йогурта (можно сметаны);

3–4 веточки петрушки.

Фаршированный перец *(тайская кухня)*

Вымываем перец и отрезаем розетку, оставив на ней черенок. Откладываем розетки, чтобы потом использовать в качестве крышек. Удаляем семена.

Начинка: смешиваем молотую свинину и креветки. Смесь соли, перца, чеснока и корня кориандра обжариваем в небольшом количестве масла до появления запаха. Добавляем смесь свинины и креветок, соль и сахар и готовим на огне, помешивая. Когда смесь будет готова, снимаем ее с огня, добавляем сырое яйцо и арахис, еще раз хорошо перемешаем и начиним перец этим фаршем. Затем перец обмакнем в жидкую панировку (см. рецепт ниже) и обжарим до готовности.

Состав: *12 сладких болгарских перцев (небольших, одного размера);*

растительное масло.

Для начинки: *по $^1/_2$ стакана молотой свинины и мелко нарезанных креветок;*

1 ст. ложка толченых арахиса, перца, чеснока и корня кориандра;

1 яйцо;

соль и сахар по вкусу.

Фаршированный лук-шалот *(тайская кухня)*

Срезаем у луковиц нижнюю часть и ножом удаляем сердцевину.

Начинка: растолчем в ступке вместе стручковый перец, лук-шалот, чеснок, лимонную цедру, креветочную пасту, перец и корень кориандра. Обжарим на масле 2 ст. ложки получившейся пасты до появления запаха, после чего добавляем рыбу. Обжарим их еще немного, а затем добавим кокосовые сливки.

Начиним луковицы приготовленным фаршем, обмакнем в жидкую панировку и обжарим до золотистого цвета.

Состав: *24 луковицы-шалот (выбрать одиночные, а не сросшиеся луковицы);*

растительное масло.

Для начинки: *1 стакан вяленого окуня, обжаренного и истолченного в ступке;*

2 стручка сушеного красного перца;

по 1 ст. ложке мелко нарезанных лука-шалота, чеснока, лимонной цедры;

1 ч. ложка креветочной пасты;

по $^1/_2$ ч. ложки молотого перца и мелко нарезанного корня кориандра;

1 стакан густых кокосовых сливок (или коровьих).

Жидкая панировка для приготовления фаршированного перца, фаршированного лука-шалота

Все компоненты быстро перемешаем. Панировка выйдет лучше, если не оставить в ней комков.

Состав: *1 стакан муки;*
от $^{3}/_{4}$ до 1 стакана воды;
по 1 ч. ложке сахарного песка и соли;
$^{1}/_{2}$ ст. ложки пищевой соды;
2 ст. ложки масла.

Рагу из мяса диких животных *(турецкая кухня)*

Разогреем масло и обжарим в нем нарезанный лук и мясо, нарезанное кубиками. Через 10 минут добавим очищенный от семян и нарезанный кольцами сладкий перец, разделенные на части персики (без косточек), чернослив без косточек и специи. Все это обжариваем, постоянно помешивая, 5 минут. Затем вливаем кислое молоко – так, чтобы оно покрывало мясо. Ставим в духовку и тушим до готовности. Молоко должно к концу тушения выкипеть.

Состав: *600 г мяса диких животных;*
1 большая луковица;
1 стручок сладкого перца;
4 очищенных персика;
8 шт. чернослива;
по 2 ст. ложки растительного масла;
по $^1/_4$ ч. ложки корицы, имбиря, черного перца;
$^1/_2$ л кислого молока;
щепотка сахарного песка;
соль.

Рагу из мяса диких зверей по-афгански

Масло разогреваем и обжариваем в нем нарезанный лук и мясо, нарезанное кубиками. Через 10 минут добавляем очищенный от семян и нарезанный кольцами сладкий перец, разделенные на две части персики (без косточек), чернослив (без косточек) и специи. Все обжариваем, постоянно помешивая, 5 минут, затем добавляем кислое молоко (оно должно покрыть мясо), ставим в духовку и тушим до готовности. К концу тушения все молоко должно выпариться.

Состав: *500–750 г мяса диких зверей;*
1 большая луковица;
1 стручок сладкого перца;
4 очищенных персика или 4 сухих абрикоса;
8 шт. чернослива;
1/4 ч. ложки корицы;
щепотка сахара;
1/2 ч. ложки соли;
1/4 ч. ложки черного перца;
1/3 ч. ложки молотого имбиря;
1/2 л кислого молока;
2 ст. ложки сливочного или растительного масла.

Бастия из тыквы с телятиной или говядиной *(турецкая кухня)*

Мясо нарезаем кусочками и варим в подсоленной воде до готовности. Припускаем измельченный лук в жире. Чистим и нарезаем кусочками тыкву. Укладываем в сотейник слоями тыкву и мясо, перекладывая небольшим количеством припущенного лука. Заливаем бульоном, полученным при варке мяса, и варим до готовности тыквы.

Перед окончанием варки сбрызгиваем готовую бастию соком зеленого винограда или лимона.

Состав: *500 г телятины (или говядины);*
500 г тыквы;
2 луковицы;
жир, соль, сок зеленого винограда (или лимона).

Яхния по-болгарски

Крупную белую фасоль замочим, а затем отварим до готовности. Стручки перца слегка разогреем в духовке, очистим от кожицы и семян, нарежем полосками. Мясо нарежем крупными кусками, обжарим на жире или с мелко изрубленными кусочками шпика вместе с луком и чесноком, затем добавим немного муки, обжарим ее до коричневого цвета, добавим воду или бульон. Прибавим стручки болгарского перца, соль и молотый черный перец. Тушим мясо до готовности. Когда мясо будет совсем мягким, добавим отброшенную на дуршлаг фасоль, много зеленого лука и петрушки.

Состав: *750 г мяса (зайца, оленя или косули);*
250 г белой фасоли;
4–6 стручков перца;
2 луковицы;
1 долька чеснока;
жир или шпик для жаренья;
мука;
зеленый лук или петрушка;
соль, перец.

Гуляш по-марокканski

Мясо нарезаем кусочками по 30 г, солим, перчим и обжариваем вместе с нашинкованным луком. Как только на мясе образуется корочка, добавляем пассерованную муку. Хорошо размешиваем, а через 3 минуты вливаем частями сливки и немного воды, прибавляем мелко нарезанные яблоки и тушим до готовности.

Тыкву разрезаем на крупные куски, чистим от корки и семян. Половину ее количества посыпаем сахаром и запекаем в духовке. Из оставшейся части тыквы, очищенного картофеля и яблок специальной ложечкой вынимаем шарики размером с лесной орех, отдельно жарим их во фритюре и солим по вкусу. (Остатки яблок, очищенных от сердцевины и кожуры, идут для тушения с мясом.)

В порционные миски раскладываем испеченную тыкву, поверх нее – тушеное мясо в соусе, сбоку укладываем горками жареные шарики из картофеля, яблок и тыквы. Сверху посыпаем рубленой петрушкой.

Состав: *800 г телятины;*
600 г белой тыквы;
7–8 картофелин;
1 луковица;
1 яблоко;
2 ст. ложки сливочного масла;
4 ст. ложки сливок;
3 ч. ложки муки;
2 ч. ложки сахара;
3 ч. ложки соли;
$^1/_2$ ч. ложки молотого черного перца;
2 ст. ложки рубленой зелени петрушки.

Мясные шарики в томатном соусе

Смешаем фарш с измельченным луком и петрушкой, замоченным и отжатым хлебом, яйцами и специями. Сформируем маленькие шарики и обваляем в муке. Поджарим в масле. Добавим нарезанные ломтиками помидоры, закроем крышкой и тушим 25 минут на среднем огне.

Состав: *1 кг телятины;*
1 большая луковица;
2 яйца;
по 2 ст. ложки муки и масла;
2 помидора;
2,5 куска пшеничного хлеба;
петрушка, перец, тмин, соль.

Тас-кебаб *(турецкая кухня)*

Нарезаем мясо кубиками, поджариваем в масле до появления румяной корочки. Добавляем измельченный лук. Отдельно поджариваем и добавляем к мясу томаты с соком, солью и перцем. Доводим соус до кипения, уменьшаем огонь и тушим 45 минут.

Состав: *1 кг телятины;*
3 ст. ложки растительного масла;
2 луковицы;
1 банка томатов в собственном соку;
соль, перец.

Кебаб из телятины по-константинопольски

Телятину нарезаем на кусочки и обжариваем в масле. Пассеруем в том же масле мелко нарезанный лук, половину муки и томатный сок. Затем, прибавив вино, теплую воду и измельченную зелень, варим мясо до мягкости, посолив по вкусу. Баклажаны печем на сильном огне, чистим и растираем деревянным пестиком, чтобы получилось пюре. Пассеруем оставшуюся муку, добавляем пюре из баклажанов, подрумяниваем его, солим, перчим, заливаем молоком и хорошо перемешиваем.

Кебаб из телятины гарнируем пюре, разложив его в виде кольца.

Состав: *200 г телятины;*
200 г баклажанов;
10 г муки;
по 30 г томатного сока и молока;
20 г белого вина;
1 луковица;
$^1/_2$ стакана воды;
черный молотый перец, соль, зелень, растительное масло.

Кюлбастия из телятины или говядины *(турецкая кухня)*

Жирное мясо нарезаем на куски величиной с ладонь и поджариваем на сковороде, смазанной маслом. В кастрюлю с чесноком, залитым уксусом, кладем поджаренное мясо и заливаем бульоном. Кюлбастию солим, перчим, посыпаем гвоздикой, тмином, накрываем крышкой и варим на слабом огне. Замазываем крутым пресным тестом и запекаем в духовке.

Состав: *500 г телятины или говядины;*

по 150 г уксуса и бульона;

5 зубчиков чеснока;

черный молотый перец, гвоздика, тмин, соль, растительное масло для смазки, тесто.

Тамали *(мексиканская кухня)*

Лук, чеснок и острый перец мелко рубим и несколько минут тушим в растительном масле, затем смешиваем с мясом и солим. Кукурузу или пшеницу смешиваем с жиром и солим. Кукурузные листья обдаем кипятком, разрезаем каждый лист один раз вдоль и два раза поперек, чтобы можно было сделать из них кармашки. Затем листы смазываем смесью зерен и жира, а поверх нее кладем мясной фарш. Кармашки закрываем, обвязываем ниткой, помещаем на смазанный жиром противень и запекаем 15 минут (не более!) в небольшом количестве бульона. Аккуратно освободив от листа каждый тамаль, раскладываем по тарелкам и подаем на стол горячими, полив томатным соусом.

Состав: *300 г отварной телятины или курицы;*

2 стакана вареной кукурузы или пшеницы;

$^3/_4$ стакана свиного жира;

1 ст. ложка растительного масла;

2 луковицы;

2 маленьких острых перчика или 1 ч. ложка красного молотого перца;

2 дольки чеснока;

соль по вкусу;

кукурузные листья;

острый томатный соус.

Тайско-индийское блюдо из говядины

На зернах кориандра ножом надрезаем жесткую оболочку и вынимаем семена. Кориандр, тмин, кардамон и гвоздику прогреваем на сковороде без масла 1 минуту, постоянно встряхивая, чтобы не пригорели. Затем пряности толчем в ступке вместе с тертым чесноком, мелко нарезанным чили и сорго, молодым луком, имбирем, мускатным орехом и маслом.

Раскалив в сковороде растительное масло, обжарим в нем нарезанные картофель и лук. Жарим 5 минут, затем вынимаем. В сковороду кладем нарезанное кубиками мясо и обжариваем до золотистой корочки. Вливаем $^1/_4$ количества кокосового молока и варим мясо на медленном огне, помешивая, около 30 минут, пока оно не станет мягким. Вынимаем мясо из сковороды, кладем туда смесь перца с пряностями, слегка обжариваем, заливаем остальным кокосовым молоком и варим 3 минуты. Затем закладываем мясо, картофель с луком, сахар и тамариндовый экстракт. Провариваем 20 минут на слабом огне, иногда помешивая. Украшаем рубленой кинзой и подаем на стол. В качестве гарнира обычно подается рис.

Состав: *400 г говяжьей вырезки;*
4–5 картофелин;
2–3 луковицы;
2 молодые луковицы;
5 маленьких стручков перца чили;
1 зубчик чеснока;
1 стебель лимонного сорго;
1 ст. ложка подсолнечного масла;
400 мл жидкого кокосового молока;
1 ч. ложка тамариндового экстракта;
2 ст. ложки тростникового сахара;
4 зернышка кардамона;
$^1/_2$ ч. ложки семян кориандра;
$^1/_2$ ч. ложки тмина;
2 палочки гвоздики;
$^1/_4$ ч. ложки молотого сушеного имбиря;
$^1/_4$ ч. ложки тертого мускатного ореха;
рубленая зелень кинзы;
растительное масло для жарки по потребности.

Австралийские бифштексы с бананами

Мясо нарезаем на довольно тонкие ломти и отбиваем молотком. На сковороду кладем 1 ст. ложку сливочного масла и зажариваем бифштексы с обеих сторон в течение 6–8 минут. Бананы разрезаем вдоль на две части, обваливаем в муке, посыпаем солью и перцем, затем обмакиваем в яйце, обваливаем в панировочных сухарях и обжариваем в оставшемся жире. Бифштексы солим, перчим и отставляем на край плиты. Сливки смешиваем с тертым хреном и желтком и, помешивая, соединяем с соусом, оставшимся от жаренья бифштексов. Приправим по вкусу солью, перцем и сахаром и выльем получившуюся смесь на бифштексы.

Состав: *600 г хорошей говяжьей вырезки;*
2 ст. ложки масла или маргарина;
1 яйцо;
1 желток;
2 банана;
1 небольшая луковица;
3 ст. ложки сливок;
1 неполная ст. ложка муки;
перец и соль;
панировочные сухари;
1 ст. ложка тертого хрена;
1 щепотка сахара.

Жареная соленая говядина *(тайская кухня)*

Двумя вилками разделим мясо вдоль волокон. Обжарим его в не очень горячем масле. Когда мясо станет почти совсем сухим, уменьшим огонь. Добавим сахар и соль по вкусу. Продолжаем жарить до образования корочки.

Охладим мясо и попробуем, образовалась ли хрустящая корочка; если нет – продолжим жаренье. Когда мясо будет готово, снимаем его со сковороды и высушиваем бумажными салфетками.

Остывшее мясо выкладываем на блюдо. Подаем с жареным чесноком и луком-шалотом.

Состав: *$^1/_2$ кг соленой говядины;*

1 стакан масла;

$^1/_2$ стакана нарезанных и обжаренных чеснока и лука-шалота;

сахар и соль по вкусу.

Бифштекс по-мексикански

Мясо нарезаем на порции. Чеснок толчем, смешиваем с солью и черным перцем. Натираем этой смесью каждый кусок, втирая ее с помощью ручки ложки. Обжариваем бифштексы в растительном масле (внутри они должны остаться розовыми), выкладываем их на тарелку и ставим «доходить» на паровую баню. Лук и сладкий перец нарезаем и тушим в том же масле 10 минут, затем прибавляем нарезанные крупными дольками помидоры и тушим еще 5 минут. Выкладываем овощи поверх бифштексов и сразу же подаем с картофельным пюре и свежим хлебом.

Состав: *400 г говяжьей вырезки;*
2 луковицы;
2 помидора;
1–2 стручка сладкого перца;
1–2 дольки чеснока;
2–3 ст. ложки растительного масла;
соль и свежемолотый черный перец по вкусу.

Говядина со стручковым горохом по-восточному

Раскаляем масло в большой сковороде и обжариваем, перемешивая, нарезанное соломкой мясо минуты три. Приправляем солью и перцем, выкладываем из сковороды и оставляем в теплом месте.

Кладем на сковороду нарубленный лук и жарим, перемешивая, пока не станет прозрачным. Прибавляем стручки гороха и мелко нарубленные веточки базилика, вливаем бульон, накрываем крышкой и тушим 3 минуты, изредка помешивая. Добавляем нарезанные кусочками помидоры (их следует очистить от кожицы и семян) и тушим на небольшом огне еще 3 минуты. Затем кладем туда же мясо, вливаем соевый соус, при необходимости еще солим и перчим.

Блюдо перемешиваем, посыпаем рубленым базиликом и сразу подаем на стол. В качестве гарнира подаем вареную яичную лапшу.

Примечание. Заменой говядине могут послужить свинина или баранина, гороху – зеленая фасоль, базилику – петрушка.

Состав: *400 г говяжьей вырезки;*
400 г молодых гороховых стручков;
3 луковицы;
3 мясистых помидора (общим весом 400 г);
5 ст. ложек растительного масла;
200 мл говяжьего бульона;
3 ст. ложки соевого соуса;
2 веточки зелени базилика;
соль и молотый черный перец по вкусу;
рубленый базилик для украшения.

Карри масаман *(тайская кухня)*

Кусочки говядины обжариваем в большом количестве масла до коричневого цвета, после чего убираем со сковороды и откладываем в сторону.

Лук и картофель обжариваем до золотистого цвета, чтобы они не распались в карри в дальнейшем, вынимаем из сковороды и откладываем в сторону.

Порошок карри обжариваем до появления запаха, затем добавляем кокосовое молоко и хорошо перемешиваем. Прибавляем туда сахарный песок и апельсиновый сок. Доводим до кипения, затем выкладываем говядину и овощи. Снова доводим до кипения и приправляем по вкусу.

Карри должен быть сладким и в то же время кислым, пропорция зависит от вашего вкуса. В качестве приправы добавляем кардамон и лавровый лист, после чего подаем на стол.

Примечание. Вместо говядины можно использовать курицу, в этом случае куски куриного мяса следует сначала промариновать в толченой смеси соли, перца, чеснока и имбиря, а затем жарить или варить на пару, после чего добавить в карри.

Вместо репчатого лука и картофеля можно использовать и другие ингредиенты – например, куски ананаса, арахис, нарезанную кубиками редьку или же целые луковицы лука-шалота.

Состав: *1 порция порошка карри масаман;*

1 кг мякоти говядины, нарезанной кубиками;

по $^1/_2$ кг репчатого лука (целые луковицы) и картофеля (клубни примерно такого же размера, как и луковицы);

4–5 стаканов кокосового молока (или коровьего);

$^1/_2$ стакана концентрированного апельсинового сока;

2–3 ст. ложки коричневого сахарного песка;

кардамон и лавровый лист для приправы;

растительное масло.

Говядина с ананасом и сладким перцем по-восточному

В глубокой сковороде раскаляем арахисовое масло и, перемешивая, обжариваем в нем рубленый лук, тертый чеснок и нарезанный тонкими полосками имбирь. Жарим, пока лук не станет прозрачным.

Мясо и очищенный от семян перец нарезаем полосками, прибавляем к луку и, перемешивая, жарим 3 минуты. Затем добавляем ананас (его следует очистить, удалить глазки и жесткую сердцевину, разрезать на дольки, а дольки – на кусочки) и жарим, перемешивая, еще 2 минуты, после чего перекладываем все в миску и ставим в теплое место.

В сковороду доливаем кунжутное масло, добавляем соевый соус и 4 ст. ложки воды. Доводим до кипения и варим на сильном огне около 30 секунд, пока соус не загустеет. Затем кладем туда мясо с овощами и ананасом, приправляем солью и перцем, прогреваем, перемешивая, и сразу же подаем на стол вместе с отварным рассыпчатым рисом.

Примечание. Вместо говядины можно использовать постную свинину, а вместо ананаса – папайю или манго.

Состав: *500 г говяжьего филе;*
1 небольшой ананас;
1 стручок зеленого болгарского перца;
1 стручок красного болгарского перца;
1 луковица;
2 зубчика чеснока;
1 кусочек имбиря длиной 2,5 см;
1 ч. ложка кунжутного масла;
1 ст. ложка арахисового масла;
2 ст. ложки светлого соевого соуса;
1 ст. ложка темного соевого соуса;
1 ч. ложка сахара;
соль и молотый черный перец по вкусу.

Филиппинские блинчики

Начинка: в небольшой, но глубокой сковороде разогреем растительное масло, положим нарезанное соломкой мясо и, постоянно помешивая, обжарим до коричневого цвета. Добавим разрезанные пополам стручки фасоли, нарезанную соломкой морковь, нарезанный полосками лук-порей и побеги бамбука. Жарим, помешивая, 3 минуты, затем снимаем с огня и ставим в теплое место.

Блинчики: в миске смешаем муку, крахмал и соль. Постепенно, размешивая, вводим туда взбитые с молоком яйца и готовим однородное тесто. Из данного количества продуктов должно получиться 8 блинчиков.

В сковороде диаметром 18 см разогреваем сливочное масло и наливаем столько теста, чтобы было покрыто дно. Обжариваем блинчики с обеих сторон до золотистого цвета, укладываем их на тарелку и оставляем в тепле.

Соус: в бульон добавляем сахар, соевый соус, уксус и соль. Доведя его до кипения, вливаем воду с растворенным в ней крахмалом и, непрерывно помешивая, варим на слабом огне 2 минуты.

На каждый блинчик укладываем промытый и обсушенный лист салата, поверх него – начинку и сворачиваем блинчик в трубочку.

Распределяем по 2 блинчика на тарелку, поливаем горячим соусом и сейчас же подаем на стол. Рекомендуется гарнировать их ломтиками помидоров.

Для блинчиков: *5 ст. ложек муки;*
1 ст. ложка кукурузного крахмала;
3 яйца;
2 ст. ложки распущенного сливочного масла;
125 мл молока;
1 щепотка соли.
Для начинки: *200 г филе говядины;*
200 г побегов бамбука;
1 морковь;
1 небольшой лук-порей;
200 г зеленой стручковой фасоли;
8 листьев салата «Айсберг»;
2 ст. ложки растительного масла.
Для соуса: *1 ч. ложка кукурузного крахмала;*
1/4 ч. ложки соли;
1 ст. ложка сахара;

1 ст. ложка соевого соуса;
1 ст. ложка винного уксуса;
125 мл говяжьего бульона.

Говядина в соусе тэрияки *(японская кухня)*

Соус: все компоненты тщательно соединяем.

Разрезаем мясо на 4 куска, кладем в соус на 1 час. В течение этого времени переворачиваем мясо 2–3 раза. Затем мясо обжариваем 2–3 минуты на растительном масле под крышкой до появления золотистой корочки, переворачиваем, поливаем оставшимся соусом и жарим еще 2–3 минуты. (Можно также жарить на углях на решетке.)

Готовое мясо нарезаем ломтиками, раскладываем по тарелкам, украшаем зеленью, тертой редькой, дольками лимона.

Состав: *500 г говяжьей вырезки;*

1 белая редька;

1 лимон;

зелень, растительное масло.

Для соуса: *2 ст. ложки тертого имбиря;*

1/4 стакана соевого соуса;

1 ст. ложка водки;

1/2 ч. ложки сахарного песка;

1 долька тертого чеснока.

Лапша с мясом по-бирмански

В сковороде раскалим масло и обжарим в нем до прозрачности мелко нарубленный лук вместе с тертым чесноком. Добавим пасту-карри, куркуму, тмин и кориандр и жарим, перемешивая, 1 минуту. Вливаем кокосовое молоко, размешиваем, доводим до кипения. Уменьшив огонь, кладем нарезанное кусочками мясо (лучше резать поперек волокон, чтобы оно осталось сочным), варим, помешивая, 15–20 минут. Затем прибавляем рыбный соус, сахар, соевый соус, сок лайма и зеленый лук.

Варим лапшу, отцедив ее, выкладываем на блюдо, сверху укладываем мясо и украшаем «цветами» из стручков перца чили.

Еще одно украшение – небольшое количество вареной лапши, обжаренной в масле до хрустящей корочки.

Примечание. Вместо говядины можно использовать баранину или свинину.

Состав: *450 г яичной лапши;*

250 г говяжьего филе;

2 ст. ложки растительного масла;

4 луковки-шалот;

2 зубчика чеснока;

1 ст. ложка мелко нарубленного зеленого лука;

1 ст. ложка красной пасты-карри (см. рецепт «Пикантные мясные шарики»);

50 г тростникового сахара;

300 мл густого кокосового молока;

5 ст. ложек рыбного соуса;

1 ст. ложка соевого соуса;

2 ст. ложки сока лайма;

$^1/_2$ ч. ложки молотой куркумы;

молотые тмин и кориандр на кончике ножа.

Для украшения: *несколько красных стручков перца чили.*

Котлеты по-турецки

Картофель варим в подсоленной воде, затем очищаем его и протираем через сито. Когда пюре остынет, прибавляем желток и 2 яйца, смесь тщательно вымешиваем. Обжариваем рубленое мясо, солим и перчим. Картофельную массу делим на шарики величиной меньше яйца. Каждый шарик надо придавить, чтобы получилась круглая лепешка. На лепешки кладем подготовленный фарш. Края соединяем, подравниваем и оформляем котлету. Затем котлеты обваливаем в муке, обмакиваем во взбитое яйцо и обжариваем на разогретой сковороде с жиром. Подаем котлеты с салатом.

Состав: *300 г говядины;*
750 г картофеля;
3 яйца;
1 желток;
мука, жир, черный молотый перец, соль.

Котлеты по-стамбульски

Дважды пропускаем мясо через мясорубку. Следом промалываем картофелину, морковь, лук и предварительно замоченный в молоке хлеб. Вымешиваем массу со специями, солью, измельченной петрушкой. Формируем 8 небольших котлет, поместив в середину каждой по 3 изюминки. Обваливаем котлеты в муке и обжариваем в разогретом жире.

Состав: *200 г говядины;*
100 г жирной баранины;
1 луковица;
1 морковь;
1 картофелина;
ломтик белого хлеба;
2 ст. ложки молока;
1 ст. ложка изюма;
1 яйцо;
молотые душистый и черный перец, тмин, зелень петрушки, соль, жир для жарки, мука.

Султанские котлеты

Поджарим мясо с мелко нарезанным луком, томатным пюре, пряностями. Картофель сварим, разомнем, вымесим с яйцом, мукой и солью. Полученную массу выложим ровным слоем на стол и стаканом вырежем кружки. На серединки половины лепешек распределим готовое мясо, накроем остальными лепешками. Котлеты с защипанными краями смочим в тесте, приготовленном из оставшихся яиц, муки и воды. Запанируем в сухарях и обжарим в разогретом жире.

Готовые котлеты посыпать смесью сыра и брынзы.

Состав: *150 г молотого мяса;*

1 ч. ложка томатного пюре;

4 картофелины;

3 яйца;

1 маленькая луковица;

1 мускатный орех;

мука, молотый черный перец, зелень петрушки, панировочные сухари, тертые сыр и брынза, соль, жир для жарки.

Фрикадельки в миндальном соусе

Лук мелко нарезаем и обжариваем в 1 ст. ложке масла. Прибавляем томат, воду и специи и тушим на небольшом огне 20 минут. В оставшемся масле обжариваем миндаль, растолченный чеснок и 1 ломтик хлеба. Вливаем немного воды, измельчаем все в миксере до состояния пюре и соединяем с томатным соусом.

Оставшийся хлеб размачиваем в молоке, отжимаем, разминаем вилкой, смешиваем с мясом и яйцом, солим и перчим. Из полученной массы формируем небольшие шарики, опускаем их в кипящий соус, доводим до кипения, накрываем крышкой и тушим до готовности (около 20 минут) на небольшом огне.

По желанию можно положить туда же 3–4 картофелины, нарезанные кубиками.

Состав: *500 г рубленого мяса;*
1 яйцо;
3 ломтика белого хлеба;
1/2 стакана очищенного толченого миндаля;
1 небольшая луковица;
1 долька чеснока;
3 ст. ложки растительного масла;
1/2 стакана томата-пюре;
1,5 ч. ложки соли;
1/4 ч. ложки молотого черного перца;
1,5 стакана воды;
молоко.

Орман-кебаб

Отделим от мяса жир, мелко нарежем и перетопим вместе с растительным маслом. Обжарим в нем измельченный лук, грибы, помидоры, ягоды. Положим в ту же кастрюлю кусочки мяса, вольем воду, посолим и поперчим. Варим на слабом огне 1 час. Незадолго до готовности добавим в бульон измельченные сельдерей, мяту, завернутую в марлю сосновую лапку.

Состав: *700 г баранины без костей;*
2 луковицы;
3 помидора;
10 грибов;
4 ст. ложки лесных ягод;
4 ст. ложки растительного масла;
черный и красный перец, сельдерей, мята;
1 маленькая сосновая лапка;
соль.

Мясо, тушенное с простоквашей *(индийская кухня)*

Мясо моем, нарезаем небольшими кусочками. Лук и чеснок чистим, обмываем, пропускаем через мясорубку.

В кастрюле с толстым дном растапливаем масло, кладем мясо, солим, обжариваем до появления корочки. Добавляем специи (кроме гарам-масалы и имбиря), затем лук и обжариваем. Заливаем простоквашей, перемешиваем, закрываем крышкой и тушим на слабом огне до готовности. Затем кастрюлю снимаем с огня, добавляем гарам-масалу (поджаренные в масле пряности) и имбирь.

Блюдо выкладываем в миски, посыпаем мелко нарезанной зеленью.

Состав: *500 г мякоти баранины;*
6 луковиц;
4 зубчика чеснока;
$^1/_2$ л простокваши или кефира;
$^1/_2$ стакана растительного масла;
по 1 ч. ложке тмина, кориандра, имбиря;
$^1/_2$ ч. ложки куркумы;
по $^1/_2$ ч. ложки гвоздики, корицы, кардамона;
3 лавровых листа;
1 ч. ложка красного молотого перца;
соль;
1 ст. ложка кинзы или петрушки.

Вареная баранина с соусом из каперсов *(английская кухня)*

Мясо помещаем в большую кастрюлю, заливаем подсоленной водой (она должна покрыть все мясо) и ставим варить на слабом огне на 1,5 часа. Затем добавляем перловую крупу и еще через 30 минут овощи. Через 2,5 часа мясо обычно бывает готово.

Выкладываем мясо на блюдо и подаем вместе с перловкой и овощами, посыпав сверху зеленью петрушки. На гарнир подаем клецки и соус из каперсов.

Клецки: все продукты смешиваем, добавляем понемногу с помощью чайной ложки воду, замешиваем достаточно пышное и крутое тесто (оно должно отставать от посуды). Формируем 12 круглых шариков, запускаем в кипящую соленую воду или мясной бульон и варим 20–30 минут, без крышки, на слабом огне.

Соус: готовим из масла, муки и очень горячего, смешанного с молоком бульона, постоянно помешивая. Кипятим 3 минуты. Солим и перчим по вкусу. Перед подачей на стол прибавляем каперсы и уксус.

Состав: *1,5 кг мякоти баранины;*
1 ч. ложка соли;
4 моркови средней величины;
3 луковицы;
3 ст. ложки перловой крупы;
2 ч. ложки рубленой петрушки.
Клецки: *120 г муки;*
60 г мелко нарубленного сала;
1/4 ч. ложки соды;
1 луковица;
1 ч. ложка мелко нарубленной зелени петрушки;
1 неполная ч. ложка соли;
перец;
немного холодной воды.
Соус из каперсов: *2 ст. ложки сливочного масла;*
4 неполные ст. ложки муки;
1 стакан молока;
1 стакан бульона из баранины;
соль, перец;
1 ст. ложка консервов;
1 ч. ложка уксуса.

Баранина по-китайски

В большой сковороде раскалим масло и обжарим нарезанное тонкими ломтиками мясо со всех сторон до коричневого цвета. Добавим тертые чеснок и имбирь и мелко нарезанный перец чили. Жарим, перемешивая, еще 2 минуты.

Соевый соус смешаем с бульоном, вином, уксусом, сахаром и крахмалом. Зальем этой смесью мясо и оставим тушиться на среднем огне до мягкости (4–6 минут). Затем прибавляем нарезанный кусочками сладкий перец, мелко нарубленный лук, арахис и кунжутное масло и жарим, перемешивая, еще 2 минуты. Сразу же подаем на стол вместе с отварным или жареным рисом.

Примечание. Вместо баранины можно взять говядину или свинину, а вместо арахиса – орехи кешью или миндаль.

Состав: *500 г бараньего филе;*
4 молодые луковицы;
1 маленький зеленый стручок болгарского перца;
1 маленький красный стручок болгарского перца;
$^1/_2$ стручка перца чили (без семян);
1 зубчик чеснока;
1 маленький кусочек свежего имбиря;
50 г жареного арахиса;
1 ч. ложка сахара;
1 ст. ложка кукурузного крахмала;
2 ст. ложки растительного масла;
1 ч. ложка кунжутного масла;
4 ст. ложки соевого соуса;
2 ст. ложки белого вина;
125 мл бульона из баранины;
1 ч. ложка уксуса.

Баранина с черносливом по-арабски

За 12 часов до приготовления блюда чернослив замачиваем. Мясо нарезаем полосками 5 × 2 см. Мелко нашинкованный лук слегка обжариваем в масле, прибавляем мясо и тоже обжариваем. Посыпаем мукой, добавляем корицу, соль и перец. Все хорошо перемешиваем, заливаем горячей водой так, чтобы она покрыла мясо, и тушим под крышкой на слабом огне. Незадолго до готовности мяса прибавляем чернослив (удалив из него косточки) и сахар.

Подаем с отварным рассыпчатым рисом.

Состав: *750 г баранины (грудинки или шейной части);*
1 большая луковица;
150 г чернослива;
1,5 ст. ложки сливочного масла;
1 неполная ст. ложка муки;
1 ч. ложка сахара;
молотая корица на кончике ножа;
соль и молотый черный перец по вкусу.

Палочки из мяса *(турецкая кухня)*

Хлеб вымочим и отожмем. Мясо пропустим через мясорубку с крупной решеткой, смешаем с хлебом, толченым чесноком, яйцом. Заправим солью и корицей, сформуем валики толщиной в палец и обжарим их в растительном масле или бараньем жире.

Состав на 1 порцию: *120 г баранины;*

1 яйцо;

2 зубчика чеснока;

белый хлеб, корица, соль, растительное масло (или бараний жир).

Котлеты со специями *(индийская кухня)*

Мясо промываем, пропускаем через мясорубку с очищенной картофелиной, стручком перца и имбирем. Добавляем мелко нашинкованный лук, специи, соль. Все перемешиваем, формируем продолговатые котлеты, поджариваем. Выкладываем на блюдо, украшаем зеленью. На оставшемся масле поджариваем гарнир (картофель).

Состав: *500 г мякоти баранины с жиром;*
4 луковицы;
1 картофелина;
2 стакана растительного масла;
1 стручок свежего сладкого зеленого перца;
по 1 ч. ложке тмина, кориандра, красного перца, имбиря;
1 ст. ложка кинзы;
соль.

Шашлык с баклажанами по-турецки

Баклажаны обмываем, обрезаем плодоножки и обжариваем в оливковом масле. Когда они остынут, очистим кожицу и мелко нарежем.

В том же масле обжарим измельченный лук. Прибавим к нему баклажаны, очищенные и нарезанные кусочками помидоры, соль, черный перец и лавровый лист. Варим смесь несколько минут, а затем протираем через сито. Полученное пюре отставляем на край плиты.

Из баранины удаляем кости, мясо нарезаем небольшими кусками, нанизываем на шампур и обжариваем на решетке. Шашлык подаем горячим, положив на горячее пюре из баклажанов.

Состав на 1 порцию: *250 г баранины;*
300 г баклажанов;
100 г репчатого лука;
30 г помидоров;
оливковое масло, черный перец, лавровый лист, соль.

Рис с мясом по-индонезийски

В большой кастрюле с подсоленной водой отвариваем рис до мягкости (15 минут), откидываем на дуршлаг и оставляем в тепле.

В глубокой сковороде раскаливаем масло и обжариваем до прозрачности мелко нарубленный лук с тертым чесноком. Вынимаем их и ставим в теплое место. В сковороду кладем нарезанную кусочками или соломкой свинину и жарим ее, помешивая, до коричневого цвета. Затем добавляем рис и соевый соус и готовим еще 1 минуту, постоянно помешивая. Соединяем с луком и чесноком, приправляем солью и несколькими каплями перечного соуса.

Подаем на листьях салата, украсив нарезанным колечками зеленым луком. Хорошим гарниром к этому блюду считаются обжаренные овощи: ростки сои или фасоли, морковь, цуккини.

Примечание. Традиционную свинину можно заменить бараниной или говядиной.

Состав: *200 г длиннозерного риса;*
400 г постной свинины;
3 луковицы;
1 молодая луковица с зеленым пером;
1 зубчик чеснока;
1 кочан салата «Айсберг»;
5 ст. ложек оливкового масла;
2–4 ст. ложки соевого соуса;
острый перечный соус и соль по вкусу.

Буррито *(мексиканская кухня)*

Свинину солим, смазываем растительным маслом и кладем на противень. Ставим в духовку, нагретую до 180 °С, примерно на 1,5 часа (мясо должно зарумяниться и стать мягким).

Соус: в кастрюлю вливаем бульон и томатную пасту, кладем цедру апельсина и измельченный перец. Доводим до кипения и варим на слабом огне без крышки 30 минут, пока соус не загустеет.

Со свинины удаляем весь жир и с помощью двух вилок разделяем ее на волокна. Укладываем мясо в соус и доводим до кипения на очень слабом огне.

Подаем с жареной фасолью и сметаной.

Состав: *900 г свинины;*
1,5 стакана бульона;
1 ч. ложка растительного масла;
1 стакан томатной пасты;
$^1/_2$ острого красного перчика;
$^1/_2$ ч. ложки апельсиновой цедры;
соль по вкусу.

Рубленая свинина по-мексикански

В скороварке разогреваем масло, кладем мясо, нарезанное мелкими кубиками, и обжариваем 10 минут. Затем прибавляем лавровый лист, нарезанный сладкий перец и соль, накрываем кастрюлю крышкой и оставим на среднем огне на 40 минут.

У острых перчиков удаляем черенки (вместе с верхней частью) и семена. Стручки варим в небольшом количестве воды вместе с помидорами (чтобы блюдо получилось менее острым, после первого закипания воду можно слить и налить новую), затем измельчаем в миксере вместе с чесноком, добавив прямо в миксер соль и уксус. Открыв скороварку, соединяем эту смесь с готовым мясом, перемешиваем, досаливаем, если нужно, и даем закипеть еще раз.

Состав: *1 кг свинины (мякоть);*
5 небольших помидоров;
4 стручка сладкого перца;
10 маленьких острых перчиков;
1 стакан растительного масла;
$^1/_2$ стакана уксуса;
1 долька чеснока;
2 лавровых листа;
соль по вкусу.

Жареная свинина с имбирем *(японская кухня)*

Очень тонко нарезаем свинину.

Соус: все компоненты тщательно соединяем.

Закладываем в него кусочки свинины так, чтобы он их покрывал, оставляем на 10–15 минут, периодически переворачивая.

В тяжелой чугунной сковороде подогреваем масло, закладываем туда мясо и жарим на среднем огне, пока оно не зарумянится, затем переворачиваем.

Делаем соте из гороха, при необходимости добавляем каплю масла, оставляем на огне 1–2 минуты. Вынимаем овощи, закладываем в сковороду свинину с соусом и заливаем соком, оставшимся после жарки свинины. Доводим до готовности.

Свинину раскладываем на тарелки с готовыми овощами.

Можно подать с горячим рисом, бульоном, ассорти из маринованных овощей и зеленым салатом.

Состав: *300 г постной свинины;*

100 г стручков молодого гороха;

2 ст. ложки растительного масла.

Для соуса: *$^1/_2$ ч. ложки очищенного и тертого имбиря;*

1 ст. ложка водки;

2 ст. ложки соевого соуса.

Баклажаны с рубленым мясом

Обсушенные баклажаны помещаем в горячую духовку, чтобы кожица сморщилась, после чего ее удаляем (баклажаны не должны пригореть).

Кожицу удаляем неметаллическим ножом, чтобы овощи не изменили цвет.

Разрезаем очищенные баклажаны на полоски, солим и даем постоять. Измельченный лук и нарезанные дольками помидоры тушим с 1 ст. ложкой жира. Снимаем с огня, добавляем перец и петрушку. Баклажаны слегка отжимаем. Каждую полоску обваливаем в муке и яйце, обжариваем в горячем жире.

В форму укладываем слой баклажанов, на него – слой рубленого мяса, слой баклажанов, мясо и т. д. (сверху должны быть баклажаны). Оставшиеся 5 яиц взбиваем, соединив с молоком, и заливаем этой смесью подготовленное блюдо. Ставим запекать в духовку на 1–1,5 часа (должна образоваться золотисто-желтая корочка).

Блюдо подаем в посуде, где оно запекалось, с зеленым салатом.

Состав: *3 крупных баклажана;*
400 г свинины;
400 г говядины;
6 яиц;
180 г жира или растительного масла;
$^1/_2$ л молока;
1 луковица;
3 помидора;
мука, соль, перец, рубленая зелень петрушки.

Сладкая свинина *(тайская кухня)*

Свинину и чеснок обжарим в масле до тех пор, пока свинина не станет мягкой (для этого по мере необходимости надо добавлять понемногу воду).

Затем добавим сахарный песок, соевый соус и соль. Хорошо перемешаем. Приправим по вкусу.

Получившееся блюдо на вкус должно быть в равной степени сладким и соленым.

Состав: *1 кг свиной грудинки, нарезанной небольшими кусочками;*

1 ст. ложка мелко нарезанного чеснока;

коричневый сахарный песок, соевый соус и соль по вкусу;

растительное масло.

Свинина в кисло-сладком соусе по-китайски

Мясо нарезаем кусками. Из муки, воды, яиц, соли и перца готовим не слишком жидкое тесто. В неширокой, но глубокой кастрюле раскаливаем масло (его слой должен быть не менее 4 см). Куски мяса обмакиваем в кляр и быстро обжариваем в кипящем масле, стараясь не закладывать одновременно большое количество кусков.

Обжаренные куски выкладываем на сито, чтобы стек лишний жир.

Соус: разогреем в сковороде растительное масло, слегка обжарим в нем тертый или толченый чеснок и снимем с огня. Добавим уксус, сахар, кинзу, мелко нарезанные пикули и перец. Помешивая, вольем разведенный крахмал. Не переставая помешивать, доведем соус до кипения.

Раскладываем мясо по порционным мискам, поливаем горячим соусом. Отдельно подаем отварной рассыпчатый рис или лапшу.

Состав: *500 г постной свинины;*
растительное масло для жарки.
Для кляра: *3 ст. ложки муки;*
2 яйца;
1 ч. ложка соли;
$^1/_2$ ч. ложки молотого черного перца;
4 ст. ложки воды.
Для соуса: *2 ст. ложки растительного масла;*
250 г пикулей;
2 зубчика чеснока;
3 ст. ложки уксуса;
2 ст. ложки сахара;
1 ч. ложка кукурузного крахмала;
2–3 ст. ложки рубленой зелени кинзы;
молотый черный перец по вкусу.

Свинина с рисом и ананасами *(индийская кухня)*

Мясо нарезаем ломтиками величиной с яйцо. Масло разогреваем и обжариваем в нем мясо, добавив кориандр, гвоздику и мелко нарубленный лук. Не переставая помешивать, жарим 10 минут. Затем добавляем 1 стакан воды и тушим до мягкости. Сваренный рис перемешаем с 3 дольками нарезанных ананасов. Мясо соединяем с соусом и выкладываем в форму для выпекания, сверху кладем рис. Поверхность посыпаем корицей и кардамоном и сбрызгиваем 2–3 ст. ложками воды. Оставшиеся ломтики ананаса смешиваем с ананасовым соком, 1 ст. ложкой сахара и слегка подрумяниваем на небольшом огне. Эту смесь выкладываем по поверхности риса. Ставим в духовой шкаф и выпекаем под крышкой 10 минут.

Состав: *500 г нежирной свинины (филе или шницель);*
1–2 ст. ложки сливочного масла;
1 луковица;
3 шт. гвоздики;
$^1/_2$ ч. ложки молотого кориандра;
1 ч. ложка соли;
250 г риса;
6 ломтиков ананаса;
по $^1/_4$ ч. ложки корицы и кардамона;
3 ст. ложки ананасового сока;
1 ст. ложка лимонного сока;
1 ст. ложка сахара.

Свинина, варенная в маринаде *(мексиканская кухня)*

Хорошо промытое мясо помещаем в глубокую кастрюлю. Перец и чеснок измельчаем в миксере с небольшим количеством воды, прибавляем оставшуюся воду, бульон, уксус и лимонный сок и заливаем этой смесью мясо (чтобы блюдо получилось вкуснее, лучше проделать все это накануне).

Перекладываем мясо вместе с маринадом в кастрюлю-скороварку и варим 40 минут. Разварившееся мясо вынимаем, с помощью двух вилок разделяем на волокна, снова возвращаем в кастрюлю и перемешиваем.

Подаем с мелко нарезанными красным луком и сладким перцем.

Состав: *1 кг свиного окорока;*
6 стручков сладкого перца;
1 маленький острый перчик (по желанию);
2 дольки чеснока;
2 ст. ложки крепкого куриного бульона;
1/4 стакана уксуса;
1/4 стакана лимонного сока;
1,5 стакана воды;
соль по вкусу.

Шарики из свинины по-тайски

Мясо нарезаем кусочками и пропускаем через мясорубку с крупной решеткой. Прибавляем тертый чеснок, нарезанные лук и перец чили, орехи кешью, креветочную пасту, соевый соус, кинзу, сахар и белый перец. Все хорошо измельчаем в миксере и полученную массу тщательно перемешиваем с кокосовым молоком. Осторожно, понемногу, вводим взбитые в крепкую пену белки. Вымесив массу, делаем из нее 6 шариков и кладем каждый в маленькую мисочку. Ставим их в пароварку, накрываем каждую пергаментом или пленкой, чтобы превращающийся в воду пар не попал на мясо, и варим 20 минут. Затем мисочки вынимаем и даем остыть.

Салат: сладкий перец чистим от семян, нарезаем полосками, смешиваем с ростками сои, приправляем соком лайма и соевым соусом.

Остывшие мясные шарики опрокидываем из мисочек на тарелки и разрезаем каждый на 4 части. Гарнируем салатом. Отдельно подаем кочанный салат и острый соус по своему выбору.

Примечание. Допускается замена свинины курятиной или говядиной, а орехов кешью – арахисом.

Состав: *500 г постной свинины;*
2 яичных белка;
125 мл густого кокосового молока;
6 молодых луковиц;
5 зубчиков чеснока;
2 зеленых стручка перца чили;
1 ст. ложка жареных орехов кешью;
1 ч. ложка креветочной пасты;
2 ст. ложки соевого соуса;
1 ч. ложка тростникового сахара;
белый перец на кончике ножа;
1 ст. ложка зелени кинзы.
Для салата: *1 стручок красного;*
1 стручок зеленого болгарского перца;
100 г ростков сои;
2 ст. ложки сока лайма;
1 ст. ложка рыбного соуса.

Котлеты из свинины *(японская кухня)*

Нарезаем свинину пластинами толщиной 1,5 см, удаляем лишний жир, делаем по краям надрезы, чтобы при жаренье края не свертывались. Солим, перчим с обеих сторон и оставляем на 4–5 минут. Насыпаем в миску муку, в другую – сухари, в третью – разбиваем яйца и добавляем чайную ложку воды.

Мясо посыпаем мукой, лишнюю стряхиваем, обмакиваем в яйце и обваливаем в сухарях. Жарим на хорошо прогретой сковороде в большом количестве масла, несколько раз переворачивая, до появления золотистой корочки.

Готовую котлету обсушиваем на бумажной салфетке, нарезаем ломтиками, украшаем помидорами, салатом, лимоном. Приправы подаем отдельно.

Состав: *500 г свиной вырезки;*
2 яйца;
$^1/_2$ стакана панировочных сухарей;
мука;
растительное масло;
мелкие помидоры;
салат;
лимон;
горчица;
соль, перец;
5 ст. ложек кетчупа.

Тефтели *(тайская кухня)*

Все компоненты перемешаем. Из получившейся смеси сформируем шарики и либо отварим их на пару и оставим для последующего использования, либо отварим в бульоне – тогда получится прозрачный суп кенг тьит.

Если подать тефтели в качестве закуски к коктейлям, то их необходимо обвалять в панировочных сухарях и обжарить до золотистого цвета.

Фарш можно использовать также для фарширования грибов, рыбы или подать с жареным рисом или карри-масаман. Отдельно подаются разные соусы.

Состав: *$^1/_2$ кг молотой свинины;*

по 1 ст. ложке измельченной смеси соли, перца, чеснока и корня кориандра;

1 яйцо;

1 ст. ложка муки;

1 стакан мелко нарезанных грибов, лука или смеси различных овощей.

Обычный соус: *4 ст. ложки растительного масла;*

1 ст. ложка молотого стручкового перца;

3 (или больше) стручка свежего красного перца, истолченных;

2 ч. ложки уксуса.

Пикантные мясные шарики с лапшой

Паста: в ступке тщательно истолчем мелко нарезанные перец чили и лук, тертый чеснок и нарубленное сорго. Прибавим остальные ингредиенты, кроме растительного масла, и толчем до получения однородной массы. В конце подмешаем масло.

Шарики: фарш и специи измельчим в миксере до получения однородной массы. Из нее смоченными в воде руками сформируем шарики.

Шпинат руками разрываем на кусочки и укладываем на дно огнеупорной посуды. Сверху выкладываем шарики и помещаем посуду в пароварку.

Пасту-карри смешиваем с креветочной пастой и кокосовым молоком, поливаем этой смесью шарики, накрываем пароварку крышкой и варим 20 минут.

Лапшу отвариваем, смешиваем с шариками и шпинатом, посыпаем кинзой и подаем на стол.

Примечание. Вместо свинины можно использовать баранину или курятину, а в мясную массу для большей пластичности добавить взбитое яйцо.

Состав: *250 г свиного фарша;*
175 г яичной лапши;
150 мл густого кокосового молока;
1 пучок листьев шпината;
1 ч. ложка креветочной пасты;
1–2 ст. ложки красной пасты-карри;
1 ч. ложка молотого кориандра;
1 ч. ложка молотого тмина;
рубленая зелень кинзы для украшения.

Для красной пасты-карри (3–4 ст. ложки): 12 маленьких стручков красного перца чили;
3 зубчика чеснока;
1 маленькая луковица;
1 стебель лимонного сорго;
1 ч. ложка тертого имбиря;
2 ч. ложки рубленой кинзы;
молотый тмин на кончике ножа;
1 ч. ложка креветочной пасты;
2 ст. ложки растительного масла.

Жареная печень *(японская кухня)*

Кусочки печени обмакнем в растительное масло, обваляем в муке и обжарим с обеих сторон, затем посыплем солью и паприкой. Отварим рис. Горошек потушим и смешаем с рисом, добавим соевый соус и поставим в теплое место.

Мандарин слегка обжарим на маргарине, уложим дольками на рис и печень, предварительно сбрызнутую соевым соусом.

Состав: *150 г свиной или говяжьей печени;*
70 г риса;
200 г воды;
50 г зеленого горошка;
10 г растительного масла;
10 г муки;
1 мандарин;
5 г маргарина;
20 г соевого соуса;
паприка, соль.

Печень на шампурах *(японская кухня)*

Нарезаем печень ломтиками, кладем в миску, поливаем вином и соевым соусом. Хорошо перемешиваем и оставляем на 20 минут. Провариваем луковицы 5 минут, откидываем на дуршлаг и нарезаем. Нанизываем ломтики печени и кружочки лука на шампуры, обмакиваем в яйце, обваливаем в панировочных сухарях и жарим, пока не зарумянятся.

Состав: *250 г говяжьей или телячьей печени;*
2 ст. ложки столового вина;
2 ст. ложки светлого соевого соуса;
12 небольших луковиц;
1 яйцо;
растительное масло;
панировочные сухари.

Свинина с рисом и ананасами *(индийская кухня)*

Мясо нарезаем небольшими ломтиками. Масло разогреваем и обжариваем в нем мясо, добавив соль, кориандр, гвоздику и мелко нарубленный лук. Не переставая помешивать, жарим 10 минут. Затем добавляем 1 стакан воды и тушим до мягкости. Сваренный рис перемешиваем с 3 ломтиками нарезанных ананасов. Мясо смешиваем с получившимся соусом и выкладываем в форму для выпекания, сверху укладываем рис, посыпаем корицей, кардамоном, сбрызгиваем 2–3 ст. ложками воды. Оставшиеся ломтики ананаса смешиваем с ананасовым соком, соком лимона, сахарным песком и подрумяниваем слегка на небольшом огне. Эту смесь выкладываем на поверхность риса.

Ставим в духовку на 10 минут.

Состав: *500 г нежирной свинины;*
250 г риса;
6 ломтиков ананаса;
2 ст. ложки сливочного масла;
1 луковица;
3 гвоздики;
$^1/_2$ ч. ложки молотого кориандра;
1 ч. ложка соли;
по $^1/_2$ ч. ложки корицы и кардамона;
3 ст. ложки ананасового сока;
1 ст. ложка лимонного сока;
1 ст. ложка сахарного песка.

Жаркое из кролика *(французская кухня)*

Чеснок, 3 маленькие луковицы и петрушку мелко рубим. В кастрюлю для тушения вливаем растопленное масло, кладем в него нарезанный ломтиками шпик и подготовленные куски кролика, добавляем оставшиеся целые луковицы, а также подготовленную нарубленную массу из репчатого лука и зелени и осторожно перемешиваем. Подливаем немного воды и вина. Ставим тушиться на 1 час. Затем добавляем томат-пюре и тонко нарезанные шампиньоны. Тушим до готовности.

Подаем на подогретых тарелках и заливаем мясо соусом.

Состав: *1200 г мяса кролика;*
1–2 дольки чеснока;
морковь;
1 пучок петрушки;
3–4 ст. ложки растительного масла;
125 г шпика;
12 маленьких луковиц;
2 рюмки белого вина;
1 стакан горячей воды;
2 ст. ложки томат-пюре;
200 г шампиньонов.

Курица с томатами *(тайская кухня)*

Куриное мясо замаринуем в хересе. Лук-шалот и чеснок обжарим отдельно и отложим в сторону.

Смесь: толчем вместе стручковый перец, креветочную пасту и соль. Обжарим в небольшом количестве масла, затем добавим в него курицу и хорошо перемешаем. После этого добавим грибы и томаты (томатный соус, томат-пасту) и снова хорошо перемешаем.

Приправим блюдо, добавляя немного сахара или соли, если томаты покажутся слишком кислыми. После этого добавим большую часть отложенного лука-шалота и чеснока и снова хорошо перемешаем.

В конце кладем листья базилика и подаем на стол, выложив курицу поверх слоя отварного риса или лапши, перемешанных с чесночным маслом.

Перед подачей на стол блюдо посыпаем оставшимся чесноком и луком-шалотом. Для придания блюду особого аромата можно посыпать его также листьями базилика, быстро обжаренными в горячем масле.

Состав: *2 стакана мяса с куриных ножек, нарезанного небольшими кусочками;*

2 стакана шампиньонов, вымытых и разрезанных пополам;

по $^1/_2$ стакана мелко нарезанных лука-шалота и чеснока;

$^1/_2$ кг спелых томатов, бланшированных, очищенных и нарезанных крупными кусками, или $^1/_2$ стакана томатного соуса, или 2 ст. ложки томата-пасты;

2 ст. ложки хереса или другого вина;

горсть листьев базилика;

растительное масло.

Для смеси: *10 (или больше) обжаренных стручков свежего красного перца;*

2 ст. ложки обжаренной креветочной пасты;

2 ч. ложки соли.

Курица по-арабски с медом и орехами

Масло растопим, смешаем с медом. Начиним этой массой грудку и ножки курицы. Оставшуюся смесь масла и меда несколько разбавим розовой водой и этой жидкостью натрем всю курицу, после чего обжарим ее в жире до готовности. Разделим на две части и положим на подогретом блюде спинкой вверх. Сверху посыплем орехами и имбирем.

Состав: *1 курица весом 750 г;*

2 ст. ложки меда;

1,5 ст. ложки сливочного масла;

1 ч. ложка розовой воды;

1 ст. ложка мелко нарубленных земляных орехов;

$^1/_2$ ч. ложки молотого имбиря или 1 ст. ложка мелко нарубленного маринованного имбиря;

жир для жаренья.

Индийский куриный кебаб

Смешиваем все ингредиенты для маринада, закладываем в него нарезанное крупными кубиками мясо и даем постоять 1 час. Затем мясо нанизываем на шампуры и жарим на решетке гриля 10–15 минут, регулярно поворачивая и поливая маринадом.

Соус: огурец натираем на терке, солим и оставляем на 30 минут, затем промываем и сушим на рыхлой бумаге. Смешиваем с йогуртом и специями.

Подаем горячий кебаб с соусом и рассыпчатым рисом (сваренным с шафраном или травами), украсив ломтиками лайма.

Состав: *3 куриные грудки без кожи и костей, ломтики лайма (для украшения).*

Для маринада: *2 ст. ложки растительного масла;*
1 зубчик чеснока;
2 ч. ложки порошка карри;
1/4 ч. ложки молотого сушеного перца чили;
1 ст. ложка рубленой кинзы;
сок и цедра 1 лайма (зеленого лимона);
соль и молотый черный перец по вкусу.

Для соуса: *1 огурец;*
300 мл натурального йогурта;
1 ч. ложка мангового чатни;
1 ст. ложка рубленой зелени кинзы;
соль и молотый черный перец на кончике ножа.

Курица в соусе тэрияки *(японская кухня)*

Удалим жир с куриного мяса, слегка посолим. Каждый кусок разрезаем на две части. Хорошо нагреваем в сковороде растительное масло и кладем мясо кожицей вниз. Жарим, пока оно не подрумянится, с обеих сторон, закрываем крышкой и жарим на слабом огне до готовности (5 минут).

Удалив жир со сковороды, кладем к мясу все ингредиенты для соуса, кроме столового вина. Ставим сковороду на сильный огонь и, когда соус закипит, убавим его. Мясо переворачиваем несколько раз, чтобы оно хорошо пропиталось загустевшим соусом. Затем куриные кусочки поливаем столовым вином, что придаст им аромат и глянцевитость.

Готовое мясо нарезаем маленькими кусочками и раскладываем на салатные листья.

Состав: *2 куска куриного мяса (без костей);*
щепотка соли;
1 ст. ложка растительного масла;
несколько листьев салата.
Для соуса тэрияки: *2 ст. ложки водки;*
2 ст. ложки десертного вина;
1 ст. ложка соевого соуса;
1 ст. ложка столового вина.

Карри из курицы и шампиньонов *(тайская кухня)*

Порошок карри обжариваем в большом количестве масла. Когда появится запах, кладем на сковороду курицу, грибы и нарезанные листья лимона. Кусочки курицы хорошо перемешиваем с порошком карри, добавляем кокосовое молоко. Доводим до кипения, после чего добавляем стручковый перец и листья базилика. Закрываем крышкой и выключаем огонь.

Состав: *1 порция красного порошка карри;*

1 кг куриной грудки без костей, нарезанной на куски и отваренной на пару;

1 кг шампиньонов, вымытых, разрезанных пополам и отваренных на пару;

4–5 стаканов кокосового молока (или коровьего);

толченый красный и зеленый стручковый перец;

листья базилика и лимона для приправы;

растительное масло.

Кесадильи с курицей по-мексикански

Мелко нарезаем лук и сладкий перец, чеснок истолчем и все вместе потушим до мягкости в 2 ст. ложках масла. Прибавим мелко порубленный острый перец и некрупно нарезанные помидоры, потушим еще несколько минут, добавим нарезанное небольшими кубиками куриное мясо и тщательно перемешаем.

В чугунной сковороде разогреваем на медленном огне немного масла, кладем тонко раскатанное крепкое пресное тесто и посыпаем нарезанным мелкими кубиками сыром ($^1/_8$ от общего количества). Сверху распределяем $^1/_4$ смеси овощей с курицей, насыпаем еще столько же сыра, накрываем коржом тонкого теста и жарим 2–3 минуты, затем переворачиваем и таким же образом обжариваем до золотисто-коричневого цвета верхнюю часть. Снимаем кесадилью со сковороды, нарезаем на 4–6 частей и держим в тепле, пока не будут готовы остальные.

Подаем с томатным соусом и сметаной.

Состав: *250 г отварного куриного мяса;*
300 г сыра чеддер;
1 небольшая луковица;
3 помидора;
1 стручок сладкого перца;
2 маленьких острых перчика (по желанию);
1 небольшая долька чеснока;
2 ст. ложки растительного масла;
соль по вкусу;
томатный соус, сметана и растительное масло для жаренья.

Филе курицы по-турецки

Варим куриное филе с зеленью. Вынимаем из бульона, охлаждаем и нарезаем ломтиками.

Готовим соус из измельченных грецких орехов, мелко нарезанных лука и чеснока, лимонного сока, 1 ст. ложки оливкового масла и $^{2}/_{3}$ стакана куриного бульона. Поливаем куриные ломтики соусом. Перемешаем красный молотый перец с оставшимся оливковым маслом и польем блюдо, украсив листиками мяты.

Состав: *800 г куриного филе;*
200 г грецких орехов;
2 луковицы;
3 зубчика чеснока;
3 ст. ложки лимонного сока;
150 г несладкого йогурта;
2 ст. ложки оливкового масла;
красный молотый перец, зелень, листья мяты, соль.

Фаршированные куриные крылышки *(тайская кухня)*

Берем небольшой, очень острый нож. Осторожно отделяем мясо от костей, вставляя острие ножа между мясом и костью, и удаляем кости.

Не очень плотно фаршируем крылышки фаршем, используемым для приготовления тефтелей (см. рецепт «Тефтели»).

Отвариваем крылышки на пару или обжариваем до золотистого цвета.

Состав: *куриные крылышки;*
фарш для тефтелей;
растительное масло.

Курица с ананасом по-китайски

Из 1 ч. ложки крахмала, 1 ст. ложки растительного масла и щепотки соли и перца готовим маринад. Оставляем в нем на 1 час нарезанное тонкими полосками мясо, затем обжариваем его в горячем масле. Прибавляем тушеную спаржу и нарезанный ломтиками ананас и тушим под крышкой на слабом огне. Сок ананаса, оставшийся крахмал и имбирь смешиваем, вливаем в кипящий бульон, прибавив вино. Этой смесью обливаем курятину и подаем ее с рассыпчатым рисом.

Состав: *250 г отварной курятины;*
1/4 ананаса;
100 г спаржи;
1/2 ст. ложки соевого соуса;
1 ч. ложка десертного вина;
3 ч. ложки кукурузного крахмала;
молотый сушеный имбирь на кончике ножа;
соль и молотый черный перец по вкусу;
куриный бульон;
растительное масло.

Курица с зеленым перцем

В сковороде раскаляем масло. В течение 20 секунд обжариваем в нем тертый чеснок, прибавляем нарезанное кубиками мясо и жарим, перемешивая, до золотистой корочки.

Добавляем мелко нарубленный перец чили, крахмал, вино, соевый соус и бульон. Жарим еще 2–3 минуты. Кладем туда нарезанные побеги бамбука, жарим еще 1–2 минуты, затем немедленно подаем с отварным или жареным рисом либо с китайской лапшой.

Состав: *450 г куриного филе без кожи и костей;*
3 стручка зеленого болгарского перца;
$^1/_2$ баночки консервированных побегов бамбука;
1 маленький стручок красного перца чили (без семян);
1 зубчик чеснока;
2 ст. ложки растительного масла;
4 ст. ложки куриного бульона;
2 ст. ложки соевого соуса;
2 ст. ложки белого вина;
1 ч. ложка кукурузного крахмала;
сахар на кончике ножа;
соль по вкусу.

Том кхем *(тайская кухня)*

Толчем вместе соль, перец, чеснок и корень кориандра; получившуюся смесь обжариваем в масле до появления запаха. Добавляем 1 стакан воды, соевый соус и немного сахарного песка. Затем укладываем туда куски курицы и свинины, доливаем воды столько, чтобы она только покрывала их. Доводим до кипения, а затем добавляем яйца. Снимаем образовавшуюся пену.

Яйца и мясо должны приобрести красивый коричневый цвет.

Добавляем сыр, нарезанный кубиками, а затем квашеную капусту, грибы и стручковый перец. Варим на медленном огне до тех пор, пока курица и свинина не станут мягкими. Прибавим еще соевого соуса, если цвет блюда недостаточно темный, и сахарного песка, если оно недостаточно сладкое.

Том кхем можно подавать как жаркое: положить на блюдо куски курицы и свинины, отдельно выложить яйца, домашний сыр и овощи. Сверху блюдо полить густой коричневой подливой. Яйца, прежде чем выкладывать на блюдо, разрезать пополам или на четыре части.

Состав: *1 курица, нарезанная на куски;*

1 кг беконной свинины (со шкуркой), сваренной и нарезанной толстыми кусками;

10 сваренных вкрутую яиц;

1 кочан китайской квашеной капусты;

6 сушеных белых грибов;

$^1/_2$ кг домашнего сыра;

по 1 ч. ложке соли, перца, толченого чеснока и корня кориандра;

соевый соус;

коричневый сахарный песок;

вода;

растительное масло;

стручковый перец.

Цыпленок в яйце по-японски

Из кожи и костей цыпленка готовим бульон и увариваем его до объема $^1/_4$ литра. Мясо нарезаем тонкими полосками и обжариваем в горячем масле до светло-коричневой корочки. Прибавляем горошек, мелко нарезанные лук и грибы, соевый соус, сахар и соль. Тушим до готовности, затем вливаем вино. Сильно взбитые яйца соединяем с остуженным бульоном и мясом, хорошо перемешиваем и выкладываем в 4 порционные мисочки. Ставим их в противень, наполненный горячей водой, и держим в нагретой духовке до загустения яичной массы. Подаем на стол немедленно, посыпав кусочками обжаренного хлеба.

Состав: *1 цыпленок;*
$^1/_2$ луковицы;
1 горсть шампиньонов;
$^1/_2$ банки зеленого горошка;
3–4 яйца;
2 ст. ложки растительного масла;
1 ст. ложка соевого соуса;
3 ст. ложки десертного вина;
1 неполная ч. ложка сахара;
соль по вкусу.

Цыплята карри по-мадрасски

Лук и растертый чеснок обжариваем, через 2–3 минуты добавляем карри, уменьшаем огонь и тушим 2–3 минуты. Нарезанного на порции цыпленка кладем на сковороду, хорошо перемешиваем с пряностями и тушим под крышкой на слабом огне. Если жидкость сильно выкипела, добавим воду или мясной бульон, чтобы получился довольно густой соус. При желании во время тушения прибавим томатную пасту. Приправим солью и соком лимона.

Состав: *1 цыпленок;*

3 ст. ложки жира;

2 ст. ложки мелко нарубленного лука;

2 зубчика чеснока;

1 ст. ложка порошка карри (или толченого чеснока с пряностями);

немного воды или мясного бульона;

соль;

лимон;

1 ст. ложка томатного пюре (не обязательно).

Рулеты в листьях маиса *(мексиканская кухня)*

Лук, стручки перца и чеснок мелко рубим и слегка тушим в растительном масле. Смешиваем с мясом и солим.

Жир смешиваем с отварными зернами и также слегка солим. Листья маиса обдаем кипятком и готовим их для фарширования: разрезаем один раз вдоль и два раза поперек, чтобы можно было сделать из них кармашки.

Смазываем их маисовой кашей и наполняем мясным фаршем. Кармашки закрываем, обвязываем листья ниткой и помещаем рулеты на смазанный жиром противень. Запекаем.

Подаем на стол с пикантным томатным соусом. Листья, которые были использованы для обертывания, удаляем, так как их не едят.

Состав: *2 стакана вареного, нарезанного мелкими кубиками мяса (лучше всего куриного или телячьего);*

2 луковицы;

2 дольки чеснока;

2 маленьких острых перчика или 1 ч. ложка красного молотого перца;

соль;

2 стакана отварного маиса или зерен пшеницы;

$^3/_4$ стакана свиного жира;

несколько листьев маиса;

1 ст. ложка растительного масла.

Куриная печенка по-индонезийски

Лук мелко рубим, смешиваем с мелко нарезанным перцем (без семян), тушим в масле. Мелко нарубленную печенку обжариваем в масле на сильном огне, постоянно помешивая. Смешиваем с луком, вливаем сливки, солим, перчим.

На гарнир подаем рассыпчатый отварной рис.

Состав: *200 г куриной печенки;*
2 средние луковицы;
1 маленький стручок перца чили;
3–4 ст. ложки сливок;
1 щепотка сахара;
соль по вкусу;
растительное масло.

Индейка, тушенная по-турецки

Разделенное на порционные куски мясо обжариваем до образования румяной корочки. Добавляем бульон, овощи и приправы. Сверху кладем стручки перца, нарезанные кольцами, и тушим до готовности (30 минут).

Очищаем айву и, нарезав дольками, добавляем к мясу. Через 15 минут кладем нарезанные на половинки сливы, пассерованную и разведенную бульоном муку, лавровый лист и тушим до готовности. В конце добавляем растертый чеснок и измельченную зелень.

Состав: *600 г мяса индейки;*
2 ст. ложки сливочного масла;
2 стакана бульона из птицы;
1 головка лука;
250 г сладкого перца;
1 ст. ложка муки;
$^1/_2$ стакана сливок;
3 помидора;
2–3 моркови;
1 корень сельдерея;
зелень петрушки, укроп, перец, лавровый лист;
1 лимон;
1 ч. ложка сахарного песка;
корица;
2–3 зубчика чеснока;
2–3 айвы;
300 г слив;
соль.

Жареная утка по-бирмански

Утку потрошим и хорошо промываем. Внутренность утки натираем смесью горчицы, растительного масла и зелени. Печень, почечный жир, рубленое мясо, панировочные сухари, петрушку, очищенные, мелко нарезанные яблоки хорошо перемешиваем и наполняем этим фаршем утку. Приправим солью и сахаром. Утку зашиваем, придаем ей правильную форму. Противень смазываем жиром или вливаем в него небольшое количество бульона, укладываем на него утку и ставим в духовку. Тушим до готовности, часто поливая соком. Незадолго до конца жаренья добавляем на противень 6 очищенных, нарезанных на четвертушки картофелин, обливаем их сметаной.

Когда утка зажарится, последний раз обольем ее бульоном.

Подаем с любым соусом.

Состав: *1 крупная утка;*
горчица;
растительное масло;
зелень;
500 г рубленого мяса;
150 г телячьего почечного жира;
различные коренья;
2 ст. ложки панировочных сухарей;
1 ч. ложка мелко нарубленной зелени петрушки;
2 яблока;
соль;
щепотка сахара;
растительное масло;
6 картофелин;
$^1/_2$ л сметаны.

Хлеб, фаршированный дичью *(марокканская кухня)*

Мясо нарезаем кубиками и обжариваем в растительном или сливочном масле.

Батон белого хлеба разрезаем вдоль и удаляем мякоть. Мякоть крошим, смешиваем с миндалем, мелко нарубленной зеленью (побольше зелени петрушки) и жареным мясом. Добавляем сок половины лимона, 1 ст. ложку куриного бульона и соус, оставшийся от жаренья. Приправим солью и перцем. Полученной массой наполним половинку батона. Закроем верхней частью и польем соусом от жаренья и бульоном. Посыпаем мелко нарубленной зеленью петрушки.

При подаче на стол можно нарезать этот батон крупными ломтями. Можно подать к этому блюду всевозможные зеленые салаты.

Состав: *250 г отварного мяса дичи;*

1 батон белого хлеба весом 500 г;

пучок зелени петрушки;

растительное или сливочное масло для жаренья;

1 стакан очищенного, мелко нарубленного и поджаренного миндаля;

3–4 ст. ложки мелко нарубленной зелени (петрушка, мята, эстрагон, купырь, укроп);

сок половины лимона;

3–4 ст. ложки куриного бульона;

1 стакан соуса, оставшегося от жаренья;

соль и перец.

Жареный рис с соленым сыром *(тайская кухня)*

Обжарим чеснок в масле до появления золотистого оттенка. Добавим рубленое мясо и соленый домашний сыр, тщательно перемешаем. Кладем рис и еще раз хорошо перемешиваем. Прибавляем имбирь, лук-шалот и стручковый перец. Перемешиваем.

Подаем с соусом, приготовленным из указанных для него продуктов, тщательно перемешав их.

Рис следует подать на большом блюде с гарниром из свежих овощей и зелени (например, огурцов, кинзы, зеленого лука) в «золотой шелковой сети».

Для приготовления «сети» к жареному рису вам понадобится сковорода диаметром около 20 см, желательно тефлоновая. Нагреваем сковороду так, чтобы она стала теплой, но не горячей, иначе подгорит яичная смесь. Разбиваем два яйца и, размешав их, пропускаем через сито в соусник для кетчупа, вынув предварительно донышко.

Какую бы посуду вы ни использовали, яичная смесь должна литься на сковороду ровной тонкой струйкой. Сосуд нужно перемещать вперед, назад и крест-накрест, чтобы образовалась «золотая сеть». Снять «сеть» лопаткой и отложить в сторону, как блин. Из двух яиц получается 4 или 5 «сетей».

На середину «сети» положить рис, затем аккуратно свернуть ее и украсить нарезанным стручковым перцем и веточками кинзы.

Овощи для украшения. С жареным рисом всегда подают свежие овощи, такие, как салат-латук, зеленый лук и огурцы.

Мелкие огурцы нарезать толстыми кружочками и удалить сердцевину так, чтобы получились колечки. Внутри этих колечек можно расположить в виде букета другие овощи.

Очистить большой огурец, оставив немного кожуры, и нарезать его вдоль – получатся длинные «листья».

Желтый и красный стручковый перец надрезать так, чтобы получились лепестки, и, удалив семена, замочить в воде, чтобы они раскрылись.

Законченный вид вашему букету придадут веточки кинзы и зеленый лук, который нужно нарезать вдоль и замочить в ледяной воде, чтобы его концы завернулись.

Состав: *6 стаканов холодного вареного риса;*

1 стакан рубленого мяса (курицы, свинины) или креветок;

по $^1/_2$ стакана соленого домашнего сыра, крошеного имбиря,

нашинкованного красного и зеленого стручкового перца, нарезанного лука-шалота, масла;

2 ст. ложки мелко нарезанного чеснока.

Для соуса: *$^1/_2$ стакана соленого домашнего сыра;*

по 2 ст. ложки нарезанных имбиря, лука-шалота и стручкового перца;

сок лимона по вкусу;

любое жареное или вареное молотое мясо.

Жареный рис по-индонезийски

В подсоленной воде сварим рассыпчатый рис, откинем на сито и дадим стечь воде. Если к этому времени мясо курицы не сварится, рис накроем салфеткой и поставим над миской с горячей водой, чтобы рис не остыл.

Разогреем масло, лук мелко порубим, нарежем тонкими колечками перец, прибавим чеснок и все зажарим. К этому добавим нарезанное кубиками мясо, приправим перцем и солью, снова прожарим, затем добавим рис и мясо раков или крабов, которое следует слегка посолить, и добавим щепотку сахара.

Все вместе жарим не более 5 минут.

Жареный рис можно украсить дольками свежего огурца, помидора или вареного яйца, жареными кольцами лука, сырыми или жареными половинками банана. Сверху можно посыпать молотыми орехами.

Состав: *2 стакана риса;*
2 луковицы;
2 дольки чеснока;
1–2 стручка сладкого перца;
300 г куриного мяса;
1 консервная банка крабов или 250 г тушеной рыбы;
1 ч. ложка красного перца;
соль;
сок лимона;
щепотка сахара;
4 ст. ложки растительного масла.

Жареный рис с приправой карри *(тайская кухня)*

Все, что предназначено для порошка карри, по возможности мелко истолчем в ступке. Получившуюся смесь обжарим в масле до появления запаха. Добавим отварное мясо и хорошо перемешаем. Прибавим рис, постоянно помешивая и добавляя масло, если это необходимо. Приправим по вкусу солью. Если нравится сладкий привкус, можно положить немного сахарного песка.

В самом конце приготовления кладем бланшированную стручковую фасоль, которая должна быть ярко-зеленой и хрустящей. Хорошо перемешаем, выложим на блюдо.

Разделим рис на отдельные порции, каждую завернем в капустный лист и в течение нескольких минут отварим на пару до тех пор, пока листья не станут мягкими.

Состав: *1 стакан нарезанного на куски отварного мяса (курицы, свинины), или креветок, или же смеси из мяса и креветок;*

6 стаканов отварного риса;

1 стакан бланшированных, крупно нарезанных стручков фасоли;

соль по вкусу;

капустные листья.

Для порошка карри: *по $^1/_4$ стакана мелко нарезанных лука-шалота и чеснока;*

$^1/_4$ стакана лимонной цедры;

4 тонких ломтика имбиря;

$^1/_2$ ч. ложки молотого перца;

$^1/_2$ ст. ложки соли;

$^1/_2$ ст. ложки мелко нарезанного корня кориандра;

$^1/_2$ ч. ложки лимонной цедры;

5–10 сушеных стручков красного перца без семян;

$^1/_2$ стакана масла.

Рис с йогуртом и имбирем *(индийская кухня)*

Перебираем, промываем и сушим рис.

Доводим воду до кипения в 1,5-литровой тяжелой кастрюле. Добавляем рис, перемешиваем, делаем огонь минимальным и закрываем кастрюлю плотно прилегающей крышкой. Рис должен медленно кипеть без помешивания 20–25 минут, пока не станет мягким и воздушным, а вода полностью не впитается. Затем нужно снять его с огня и оставить под крышкой на 5 минут.

Выкладываем сваренный рис на плоское блюдо. Добавляем сливочное масло и соль, осторожно перемешиваем.

Когда рис остынет до комнатной температуры, осторожно смешиваем его с йогуртом (или сметаной) и имбирем и сразу же подаем на стол.

Состав: *1 стакан белого длиннозерного риса;*

2 стакана воды;

2 ст. ложки сливочного масла;

1 ч. ложка соли;

1 стакан домашнего йогурта или сметаны;

$^1/_2$ ч. ложки молотого имбиря.

Рис с морковью и кокосовым орехом *(индийская кухня)*

Перебираем, промываем и просушиваем рис. Нагреваем растительное масло в тяжелой кастрюле на среднем огне. Не доводя до появления дыма, бросаем в масло семена кунжута, гвоздику, черный перец, корицу и тертый кокосовый орех. Жарим, помешивая, пока орех не станет золотистым. Всыпаем рис и обжариваем его несколько минут, пока он не станет слегка прозрачным. Добавляем воду и оставшиеся компоненты, усиливаем огонь и доводим до кипения. Затем делаем огонь минимальным, накрываем кастрюлю плотно прилегающей крышкой и медленно кипятим ее содержимое без помешивания 20–25 минут, пока рис не станет воздушным, овощи мягкими, а вся жидкость не впитается. Выключаем огонь и оставляем рис под крышкой на 5 минут, чтобы зерна окрепли.

Перед подачей на стол снимаем крышку, вынимаем гвоздику, перец и палочку корицы и взрыхляем горячий рис вилкой.

Состав: *1 стакан белого длиннозерного риса;*
2 ст. ложки растительного масла;
1,5 ст. ложки семян кунжута;
6 гвоздик;
6 горошин черного перца;
1 палочка корицы (4 см);
3 ст. ложки тертого кокосового ореха;
2 стакана воды;
1,5 стакана нашинкованной моркови;
$^1/_2$ ч. ложки соли;
2 ст. ложки изюма.

Королевский плов *(индийская кухня)*

Рис следует перебрать, промыть холодной водой.

Изюм промываем. Раскаливаем масло, бросаем туда куркуму, кардамон, черный перец, красный перец, затем рис, изюм и орехи. Все перемешиваем и слегка обжариваем 5–7 минут. Добавляем корицу, шафран, тмин, соль. Заливаем водой так, чтобы она покрывала поверхность риса на 2–3 см. Доводим до кипения и кипятим на сильном огне, пока уровень воды не сровняется с уровнем риса. Прикрываем крышкой и томим на слабом огне, пока вода не впитается. Оставляем рис «созревать» под крышкой на 5 минут.

Выкладываем готовый плов (мягкий и рассыпчатый) горкой на блюдо.

Состав: *3 стакана белого риса;*
1 стакан изюма;
1 стакан очищенных грецких орехов;
1/2 стакана топленого масла;
1/2 ч. ложки куркумы;
1 палочка корицы (5 см);
по 1 ч. ложке тмина, кардамона, красного молотого перца;
8–10 горошин черного перца;
1/2 ч. ложки шафрана;
соль.

Рис по-мексикански

Вымытые и обсушенные рис и изюм кладем в кастрюлю вместе с 2 ст. ложками масла и обжариваем, помешивая, пока рис не подрумянится.

На оставшемся масле обжариваем мелко нарубленные лук и чеснок, добавляем мясо и мелко нарезанный перец и тушим 10 минут. Затем прибавляем очищенные от кожицы и нарезанные помидоры, вливаем воду и солим.

Готовое мясо смешиваем с рисом, выкладываем в огнеупорную форму, сверху кладем нарезанный полосками шпик и запекаем в духовке до готовности риса.

Состав: *250 г риса;*

250 г смешанного рубленого мяса;

100 г шпика;

100 г изюма;

2–3 помидора;

1 луковица;

1 долька чеснока;

1 маленький острый перчик или 1 ст. ложка молотого красного перца;

3 ст. ложки растительного масла;

1 неполный стакан воды;

соль по вкусу.

Рис с шампиньонами *(мексиканская кухня)*

Лук нарезаем и поджариваем в 3 ст. ложках масла. Прибавляем нарезанные кружочками шампиньоны и бульон, даем немного покипеть, затем положим петрушку, душицу, горчицу и соевый соус. Чуть позже вливаем бренди и сметану и солим.

Рис варим, откидываем на дуршлаг, даем стечь и смешиваем с 2 ст. ложками масла. Оставшимся маслом смазываем 6 порционных формочек, кладем на дно каждой понемногу риса, обсыпаем рисом стенки, заполняем формочки грибной массой и сверху накрываем слоем риса. Необходимо немного уплотнить.

Все это можно проделать за несколько часов до подачи на стол. Перед подачей ненадолго ставим формочки в горячую духовку. Каждую формочку опрокидываем на тарелку. Сверху рис украшаем сердечком, вырезанным из маринованного перца, и двумя листочками петрушки.

Состав: *400 г риса;*
300 г шампиньонов;
1 небольшая луковица;
100 г сливочного масла;
1 ст. ложка крепкого бульона;
1 ст. ложка рубленой зелени петрушки;
$^1/_2$ ч. ложки сушеной душицы;
3 ст. ложки соевого соуса;
$^1/_2$ ч. ложки горчицы;
4 ст. ложки сметаны;
3 ст. ложки бренди;
соль по вкусу.
Для украшения: *12 листиков петрушки;*
1 стручок маринованного сладкого перца.

Рис по-филиппински

В подсоленной воде отвариваем рис, не разваривая его. Из марли делаем небольшой мешочек, вкладываем в него гвоздику и горошины перца, мешочек опускаем в кастрюлю с рисом. Варим рис до готовности, остужаем и выкладываем на него кусочки отварной рыбы, ломтики банана и ананаса. Все это поливаем соком лимона. Каперсы нарезаем, смешиваем с йогуртом и выливаем на рис. Даем постоять блюду некоторое время.

Состав: *2 стакана риса;*
4 стакана воды;
3 почки гвоздики;
6–8 горошин перца;
250 г отваренной охлажденной морской рыбы;
2 ломтика ананаса;
2 банана;
1 лимон;
1 стакан йогурта;
1 ч. ложка каперсов;
соль.

Цветы из яиц куропатки *(тайская кухня)*

С обоих концов каждого огурца отрезаем по 2 см и срезанные концы откладываем. Острым ножом удаляем сердцевину, после чего вырезаем «чашелистики» и вымачиваем их в маринаде не более 10 минут (иначе они пожелтеют).

Истолченную смесь соли, перца, чеснока и корня кориандра обжариваем в масле на очень маленькой сковороде до появления запаха, затем добавляем соевый соус и сахарный песок. Когда смесь закипит, кладем яйца и встряхиваем сковороду так, чтобы все они были полностью покрыты соусом и приобрели красивый коричневый цвет.

Чтобы сделать цветы, в каждый из кусочков огурца («чашелистики») вставляем по яйцу и скрепляем их деревянной шпилькой.

Примечание. Воду, в которой варят яйца куропатки, подсаливают для того, чтобы потом было легче их чистить.

Состав: *6 небольших огурцов;*

маринад, приготовленный из уксуса, соли и сахарного песка, взятых в желаемой пропорции;

12 яиц куропатки, сваренных вкрутую в соленой воде и очищенных.

Для соуса: *1 ч. ложка истолченной смеси соли, перца, чеснока и корня кориандра;*

4 ст. ложки темного соевого соуса;

1 ст. ложка сахара;

немного масла для жаренья.

Яйца по-турецки

Куриную печень припустим с маслом, зальем мясным соком, оставшимся после жаренья мяса с помидорами, и положим на смазанную маслом сковороду. На эту смесь выливаем яйца и запекаем в духовке. Вокруг готовых яиц делаем ободок из мясного сока.

Состав: *10 яиц;*
150 г масла;
150 г куриной печени;
120 г мясного сока с помидорами;
соль.

Омлет «Мехико»

Шампиньоны нарезаем. Перец испекаем в духовке, чистим от кожицы и нарезаем соломкой. С помидоров снимаем кожицу, освобождаем их от семян и мелко нарезаем.

На сковороде разогреваем масло, тушим в нем грибы, прибавляем перец, еще тушим, прибавляем помидоры и тушим, пока не испарится излишняя влага. Из яиц поджариваем два омлета, заворачиваем в них гарнир и поливаем томатным соусом, разбавленным мясным соком.

Состав: *4 яйца;*
5–6 свежих шампиньонов;
1 помидор;
1 стручок сладкого красного перца;
2–3 ст. ложки сливочного масла;
2–3 ст. ложки томатного соуса;
1 ст. ложка сока от жареного мяса.

Яичница по-мексикански

Разогреваем в сковороде сливочное и растительное масло, кладем нарезанный перец и мелко порубленный лук и слегка обжариваем. Затем прибавляем нарезанный кубиками помидор, еще некоторое время жарим, добавляем яйца и хорошо перемешиваем. Солим и жарим до готовности, непрерывно помешивая, чтобы не приставало к сковороде.

Состав: *4 яйца;*
1 помидор средней величины;
1/4 луковицы;
1–2 стручка сладкого или острого перца;
15 г сливочного масла;
1 ст. ложка растительного масла;
соль по вкусу.

Омлет с начинкой по-тайски

Начинка: мелко режем перец чили и лук-шалот, чеснок трем. Все вместе жарим в сковороде на раскаленном масле, пока лук не станет прозрачным (около 3 минут). Прибавляем молотое мясо и обжариваем, пока оно не изменит цвет. Затем добавляем мелко нарезанные помидор и креветки, а также все остальные ингредиенты для начинки. Размешиваем 3 минуты на огне, после чего снимаем с плиты и оставляем в теплом месте.

Разбиваем в миску яйца, вливаем рыбный соус и 1 ст. ложку воды. Взбиваем до образования нежной пены. В небольшой сковороде с толстым дном разогреваем растительное масло и вливаем $^1/_2$ яичной массы. Густеющую массу постоянно отделяем от дна и еще жидкую разливаем по направлению к краям, наклоняя сковороду. Когда яйца почти загустеют, омлет переворачиваем и обжариваем с другой стороны.

В середину готового омлета укладываем половину мясной смеси и загибаем края внутрь.

Перекладываем на тарелку и ставим в теплое место.

Точно так же поджариваем и начиняем второй омлет.

Подаем на стол с острым соусом, украсив «цветками» из стручков перца чили или зеленого лука.

Примечание. Свиной фарш можно заменить говяжьим или куриным.

Состав: *4 яйца;*
1 ст. ложка рыбного соуса;
2 ст. ложки растительного масла.
Для начинки: *120 г свиного фарша;*
2 очищенные креветки;
1 крупный помидор;
1 маленький зеленый стручок перца чили;
2 луковицы-шалот;
1 зубчик чеснока;
2 ст. ложки растительного масла;
2 ст. ложки рыбного соуса;
2 ст. ложки сахара;
1 щепотка белого перца;
2 ст. ложки мелко нарубленной зелени кинзы.
Для украшения: *2 красных стручка перца чили;*
2 пера зеленого лука.

Бамбук с арахисом

Сахар соединяем с уксусом и соевым соусом, добавляем крахмал и хорошо размешиваем. Непрерывно помешивая, доводим до кипения (соус должен стать однородным и прозрачным) и снимаем с огня. Прибавляем перец (без семян), нарезанный полосками 1 × 5 см, и остальные продукты. Варим, помешивая, на медленном огне, пока перец не станет мягким. Сразу же подаем на стол с гарниром из рассыпчатого отварного риса.

Примечание. Вместо арахиса можно взять орехи кешью. Можно добавить в блюдо 50 г свежего ананаса.

Состав: *225 г консервированных побегов бамбука;*
125 г очищенного арахиса;
125 г ростков сои;
1 крупный стручок болгарского перца;
4 ст. ложки тростникового сахара;
1 ст. ложка кукурузного крахмала;
3 ст. ложки соевого соуса;
5 ст. ложек винного уксуса.

Черная фасоль (готовится в микроволновой печи)

Замоченную с ночи фасоль отцеживаем, добавляем тертые имбирь и чеснок, бадьян и специи. Заливаем холодной водой (она должна покрыть фасоль). Закрываем посуду пленкой (в ней нужно сделать несколько дырочек), ставим в печь и варим 10 минут при полной мощности, затем еще 1 час при средней, пока фасоль не станет мягкой. За это время перемешаем 1–2 раза.

Затем положим нарезанный сельдерей, снова накроем пленкой и, временами помешивая, варим еще 15 минут при полной мощности.

Прибавим херес, соевый соус и кунжутное масло. Убрав пленку, варим 5 минут при полной мощности. Если блюдо получается слишком жидким, продолжаем варить, помешивая, пока жидкость не выпарится. Напоследок прибавим нарезанные побеги бамбука, размешаем и прогреем 1 минуту при полной мощности.

Подаем на стол, посыпав ростками сои и нарезанным луком.

Состав: *500 г черной фасоли;*
1 баночка консервированных побегов бамбука;
100 г соевых ростков;
6–8 черешков сельдерея;
4 молодые луковицы;
1 зубчик чеснока;
1 кусочек имбиря;
1 ч. ложка кунжутного масла;
1 ст. ложка соевого соуса;
100 мл хереса;
1 звездочка бадьяна;
2 ч. ложки любой душистой специи.

Зеленая стручковая фасоль с кунжутом *(японская кухня)*

В глубокую сковороду наливаем кипяток, добавляем соль, кладем стручки и варим на сильном огне до готовности. Промываем фасоль под струей холодной воды, чтобы восстановить цвет; просушиваем и нарезаем.

Обжарим кунжутные зерна на среднем огне, потолчем в ступе или смелем в кофемолке (у них очень приятный аромат), смешаем с сахарным песком и соевым соусом.

Выложим готовую фасоль на блюдо и зальем приправой.

Состав: *250 г стручков фасоли;*

4 стакана воды;

2 ч. ложки соли.

Для приправы: *4 ст. ложки темных кунжутных зерен;*

2 ст. ложки сахарного песка;

1 ст. ложка светлого соевого соуса.

Турецкий гарнир

Приготовим белый мясной соус: муку пассеруем в масле, зальем бульоном, хорошо размешаем и проварим на маленьком огне.

Варим отдельно зеленую фасоль и цветную фасоль, припускаем в масле и смешиваем.

Вливаем белый мясной соус и доводим до кипения.

Гарнир можно подать как закуску.

Состав: *400 г стручков зеленой фасоли;*

200 г цветной сухой фасоли;

растительное масло;

мука;

100 г мясного бульона.

Фасоль по-мексикански

Доводим воду до кипения, опускаем в нее фасоль и варим 5 минут. Затем воду сливаем, в кастрюлю снова наливаем 2 л воды и, плотно закрыв крышкой, варим 2–2,5 часа. После этого солим, провариваем еще 10 минут и сливаем воду.

В глубокой кастрюле разогреваем масло, кладем мелко нарезанный лук. Когда он обжарится, прибавляем фасоль, толчем ее и продолжаем жарить, пока она не впитает все масло. Тогда кладем измельченный в миксере перчик и как следует перемешиваем.

Подаем в горячем виде.

Состав: *500 г фасоли;*

1 луковица;

1 маринованный острый перчик (по желанию);

1 стакан растительного масла;

2 л воды.

Дал из расщепленного гороха *(индийская кухня)*

Горох перебираем и промываем, замачиваем в 3 стаканах горячей воды на 5 часов. Лук чистим, обмываем, пропускаем через мясорубку. В кастрюле раскаливаем масло, бросаем туда тмин, кориандр, перец, затем лук. Все хорошо обжариваем, затем выкладываем горох, заливаем водой и варим, пока он не разварится.

Состав: *1 стакан расщепленного гороха;*

5 стаканов воды;

4 луковицы;

3 ст. ложки топленого масла;

соль;

по $^1/_2$ ч. ложки тмина, кориандра, молотого черного и красного перца;

соль.

Дал из красной фасоли *(индийская кухня)*

Замочим фасоль на 5–6 часов, затем следует ее перебрать, промыть и сварить до готовности в подсоленной воде.

Расплавляем в глубокой сковороде масло. Кладем туда специи, слегка обжариваем и заливаем кефиром. Варим 15–20 минут. Выливаем содержимое в кастрюлю и варим еще 10 минут. Готовое блюдо перекладываем в тарелки, посыпаем зеленью кинзы и имбирем.

Состав: *1 стакан красной фасоли;*

4 стакана воды;

4 ст. ложки топленого масла;

$^1/_2$ л кефира или простокваши;

по $^1/_2$ ч. ложки кориандра, тмина, молотого красного перца, имбиря;

1 ст. ложка нарезанной кинзы;

соль.

Икра из чеснока *(турецкая кухня)*

Растираем чеснок с солью и ядрами грецких орехов. Замачиваем в воде ломтики хлеба, отжимаем и смешиваем с чесноком и орехами. Взбиваем массу ложкой, постепенно добавляя растительное масло и уксус.

Состав: *50 г чеснока;*
150 г грецких орехов;
150 г белого хлеба;
50 г растительного масла;
уксус, соль.

ДЕСЕРТЫ

Фруктовый салат

Ананас, бананы и яблоки нарезаем дольками или кубиками, добавляем ягоды винограда. Майонез соединяем со сгущенным молоком и осторожно перемешиваем с фруктами. Салат хорошо охлаждаем и подаем на блюде, украшенном листьями зеленого салата.

Набор фруктов для салата зависит от времени года. Соус может быть приготовлен из 2 ст. ложек томатного кетчупа и $^1/_2$ стакана сгущенного молока.

Состав: *3 ломтика ананаса;*
2 банана;
2 яблока;
гроздь винограда;
$^1/_2$ *стакана майонеза;*
$^1/_2$ *стакана сгущенного молока или крема из сливок;*
листья зеленого салата.

«Простое чудо» *(индийская кухня)*

Соединяем в миске масло с сахарной пудрой и взбиваем в легкий, воздушный крем. Добавляем сухое и свежее молоко (или сливки). Месим руками до тех пор, пока не получится помадка средней мягкости. Ароматизируем орехами или джемом, хорошо перемешиваем.

Моем и сушим руки, затем скатываем помадку в гладкие шары. Раскладываем сладости в бумажные конфетные формочки и храним в холодильнике в герметичной упаковке (до 4 дней).

Состав: *$^1/_2$ стакана несоленого сливочного масла комнатной температуры;*

$^1/_2$ стакана сахарной пудры;

1,5 стакана сухого молока;

1 ч. ложка молока или сливок;

2 ст. ложки измельченных орехов или фруктового джема.

Апельсины с корицей *(мексиканская кухня)*

Апельсины чистим от кожуры, нарезаем кружочками, красиво выкладываем на блюдо и посыпаем корицей и сахаром. Подаем сразу же, пока сахар не растаял.

Состав: *3–4 апельсина;*
молотая корица и сахар по вкусу.

Дынные шарики *(японская кухня)*

Дыню чистим от кожуры, ножом или ложкой вырезаем из мякоти шарики. Остальную часть дыни измельчаем, заливаем водой, добавляем сахарный песок, сок 1 лимона и варим пюре. В широкие бокалы выкладываем пюре, сверху кладем дынные шарики, украшаем ломтиками лимона, которые предварительно надо обмакнуть в сахарный сироп (или обсыпать сахарной пудрой). К каждому ломтику кладем веточку мяты.

Дынные шарики можно сбрызнуть вином.

Состав: *700 г дыни;*
2 лимона;
$^3/_4$ стакана воды;
50 г сахарного песка;
веточки мяты.

Плавающие шарики *(тайская кухня)*

Кокосовое молоко: разводим тертый кокосовый орех с 2 стаканами горячей воды, отжимаем через марлю – получится 4–5 стаканов кокосового молока. Охлаждаем (на поверхности должны образоваться густые сливки). Сливки снимаем ложкой.

Кокосовое молоко можно заменить коровьим.

Смешаем муку и пюре. Из этой смеси формируем небольшие шарики и опускаем их в кипящую воду. Когда они всплывут, вынимаем их из воды и кладем в кастрюлю с кокосовым молоком и сахарным песком. Доводим до кипения и подаем на стол, полив густыми кокосовыми сливками, приправленными щепоткой соли.

Состав: *1 стакан картофельного или кукурузного крахмала;*

1 стакан пюре из сваренного на пару картофеля;

1 стакан коричневого сахарного песка;

1 кг тертого кокосового ореха (или 3 стакана молока, $^1/_2$ стакана густых сливок);

соль.

Жареные ананасовые дольки по-кубински

Дольки консервированного ананаса хорошо обсушим. Из указанных продуктов приготовим жидкое тесто. Обмакнем дольки ананаса в жидкое тесто и зажарим в жире (дольки должны целиком погрузиться в жир) до появления золотисто-желтой корочки.

Посыплем сахарной пудрой и еще теплыми подадим к кофе.

Состав: *8 долек ананаса;*
1 стакан пшеничной муки;
1 яйцо;
1 ст. ложка сахара;
питьевая сода на кончике ножа;
$^1/_8$ л молока;
жир.

Мандарины в сиропе *(японская кухня)*

Очищаем мандарины, кладем в кастрюлю, заливаем холодной водой, добавляем водку, ставим на сильный огонь, затем, уменьшив его, варим 10–15 минут. Обсушиваем ставшие мягкими и нежными мандарины.

В оставшуюся жидкость добавляем сахарный песок и воду, варим, помешивая, до образования сиропа. Закладываем туда охлажденные мандарины и снова варим 8–10 минут, затем мандарины откидываем на дуршлаг.

Состав: *25–30 крепких небольших мандаринов;*

1,5 ч. ложки водки;

1,5 стакана сахарного песка;

$^3/_4$ стакана воды.

Ананас с сиропом *(японская кухня)*

Очищенный ананас нарезаем кружочками и ломтиками, толщиной 2–3 мм, по 4–5 на порцию, раскладываем в вазе веером или сворачиваем в трубочки. Отдельно в соуснике подаем крепкий сахарный сироп с ромом или ликером.

Вместо сиропа можно обсыпать ананасные кружочки и ломтики сахарной пудрой.

Состав: *100 г ананаса;*
30 г сахарного песка;
5 г рома или ликера.

Бананы по-бразильски

Сахар и какао смешиваем. Бананы чистим и обваливаем в массе из какао. Сверху посыпаем орехами. Кроме того, сверху можно покрыть взбитыми сливками.

Состав: *4 банана;*
1 ст. ложка какао;
$^1/_2$ стакана сахара;
орехи;
4 ст. ложки взбитых сливок.

Виноград с творожной начинкой

Разминаем творог ладонями до гладкого состояния. Всыпаем сахарную пудру, перец, шафран и вымешиваем до однородной массы. Ставим охлаждаться до затвердения.

Надрезаем виноградинки вдоль на $^3/_4$ и вынимаем косточки кончиком ножа. Наполняем каждую ягоду творожной смесью. Приглаживаем верхушку и протираем виноградинки.

До подачи на стол ставим в холодильник.

Состав: *120 г крупного спелого черного винограда;*
100 г свежего домашнего или рыночного творога;
2 ст. ложки сахарной пудры;
1 щепотка молотого черного перца;
$^1/_4$ ч. ложки шафрана.

Волшебная ваза

Большим острым ножом срезаем верхнюю треть арбуза. Черпая ложкой, делаем шары из мякоти большей части арбуза. Извлекаем семена, складываем шары в миску и замораживаем. Вычерпываем остальную мякоть, оставив только корку. Маленьким ножом декоративно вырезаем края арбузной чаши в виде зубчиков. Срезаем тонкий кусочек корки с основания чаши, чтобы она была устойчива. Оборачиваем полиэтиленом и ставим в холодильник.

Разрезаем дыни пополам и вынимаем мякоть круглой ложкой. Шарики складываем в миску, накрываем и ставим в холодильник.

Смешиваем мед с соками, имбирем, кардамоном, маслом. Перемешиваем до состояния однородной массы.

Перед самой подачей откидываем на дуршлаг арбузные и дынные шары, затем складываем в миску и смешиваем с черникой. Перекладываем смесь ложкой в арбузную чашу. Поливаем сверху медовой приправой и украшаем свежей мятой.

Состав: *1 арбуз (1,5–2 кг);*
2 маленькие дыни разных сортов;
$^1/_3$ стакана меда;
6 ст. ложек лимонного сока;
2 ст. ложки апельсинового сока;
$^1/_4$ ч. ложки молотого имбиря;
$^1/_2$ ст. ложки семян кардамона;
2 ст. ложки оливкового масла;
2 стакана черники;
3–4 веточки мяты.

Праздничный ананас со взбитыми сливками

В отваренный рис добавляем масло, специи и 3 ст. ложки миндаля. Охлаждаем до комнатной температуры и перекладываем в миску. Добавляем в рис взбитые сливки, затем кусочки ананаса и сахарный песок, осторожно перемешиваем. Охлаждаем в течение получаса. Складываем горкой на сервировочное блюдо, посыпаем оставшимся миндалем и украшаем кольцами ананаса.

Блюдо нельзя хранить более 2–3 часов.

Состав: *2 стакана взбитых охлажденных сливок;*

3 стакана свежего ананаса, нарезанного на кусочки (2,5 × 1,5 × 6 мм), осушенного;

$^1/_3$ стакана сахарного песка;

кольца ананаса для украшения;

2 стакана отварного белого длиннозерного риса;

1 ст. ложка несоленого сливочного масла;

$^1/_4$ ч. ложки молотой корицы;

по $^1/_2$ ч. ложки мускатного ореха и молотых семян кардамона;

1 щепотка молотой гвоздики;

$^1/_2$ стакана изюма;

$^1/_4$ стакана поджаренного и тонко нарезанного миндаля.

Жареные грецкие орехи по-восточному

Орехи чистим от скорлупы. Ядра замачиваем на 10–15 минут в горячей воде и снимаем с них кожицу. Очищенные ядра ошпариваем кипятком, откидываем на дуршлаг и даем как следует стечь воде (их можно обсушить на рыхлой бумаге или салфетке). Затем пересыпаем сахарной пудрой и обжариваем в сильно разогретом масле. Выкладываем на сито или папиросную бумагу, чтобы стек лишний жир, и остужаем.

Подаем на стол в миске, дно которой выстлано бумажными салфетками.

Состав: *1 кг грецких орехов;*
4 ст. ложки кунжутного масла;
4–5 ст. ложек сахарной пудры.

Орехи кешью по-тайски

Орехи обжариваем в большом количестве масла (горячего, но не дымящегося). Когда они станут золотистыми, снимаем со сковороды шумовкой и выкладываем на блюдо. Добавляем немного сливочного масла, чеснок, соль, перец и толченый красный перец, все тщательно перемешиваем.

Состав: *орехи кешью;*
сливочное масло;
чеснок, соль, черный перец, молотый красный перец;
растительное масло.

Запеченные персики *(мексиканская кухня)*

Овсяные хлопья, муку, сахар и соль смешиваем с растопленным маслом. Половинки персиков помещаем в огнеупорную посуду и заполняем этой смесью выемки от косточек. Персики ставим в духовку и запекаем до образования на начинке золотистой корочки.

Подаем теплыми со взбитыми сливками, кремом или фруктовым соусом.

Так же можно приготовить и груши, добавив в смесь щепотку молотого имбиря.

Состав: *2 крупных свежих или консервированных персика;*

1/4 стакана овсяных хлопьев;

1 ст. ложка муки;

2 ст. ложки тростникового (неочищенного) сахара;

2 ст. ложки сливочного масла;

1/4 ч. ложки лимонного сока;

1 щепотка соли.

Рис с фруктами

Рис замочим на ночь в холодной воде. Слив воду, положим его в пароварку, покроем салфеткой или несколькими слоями марли, накроем крышкой и варим 25 минут (он должен получиться мягким, но не разваренным).

В кокосовое молоко всыпаем сахар и соль и нагреваем на медленном огне, затем кладем туда же рис, размешиваем и варим 2 минуты при слабом кипении. Кастрюлю снимаем с огня, накрываем крышкой и даем рису настояться 15 минут.

Манго разрезаем пополам как можно ближе к косточке, удаляем ее, снимаем кожуру и нарезаем мякоть дольками. Карамболь тонко нарезаем поперек.

Раскладываем рис по порционным тарелкам, сбоку красиво располагаем фрукты и подаем с натуральным йогуртом или сметаной.

Примечание. Можно использовать и другие фрукты – киви, папайю и т. д. Для разнообразия перед подачей на стол можно посыпать рис молотой корицей, тертым мускатным орехом или тертой апельсиновой цедрой.

Состав: *1 стакан риса;*
425 мл густого кокосового молока;
4,5 ст. ложки сахара;
1 щепотка соли;
1 спелый плод манго;
1 карамболь (старфрут).

Рис с молоком по-мексикански

Кипятим молоко с кусочком коры корицы, засыпаем рис и варим на медленном огне. Через 3 минуты после того, как молоко закипело, прибавляем сахар, сгущенное молоко и ваниль, перемешиваем, накрываем крышкой и гасим огонь.

Подаем в креманках, посыпав молотой корицей и (по желанию) изюмом.

Состав: *500 г риса;*
250 г сахара;
1 банка сгущенного молока;
2 л молока;
1 ст. ложка ванили;
1 кусочек коры корицы (около 5 см);
молотая корица по вкусу.

Грис-халва *(турецкая кухня)*

Всыпаем манную крупу в разогретое растительное масло и поджариваем до золотистого цвета.

Варим сироп из воды и сахарного песка с добавлением лимонного сока и цедры.

К поджаренной крупе добавляем растопленное сливочное масло и кипящий сироп. Провариваем смесь под крышкой 10–15 минут и разливаем в формочки.

Готовую грис-халву посыпаем сахарной пудрой и корицей.

Состав: *400 г манной крупы;*
200 г растительного масла;
100 г сливочного масла;
100 г сахарной пудры;
корица.
Для сиропа: *500 г сахарного песка;*
1,2 л воды;
100 г лимона.

Халу – индийская халва

В распущенное сливочное масло всыпаем тонкой струйкой манную крупу и, непрерывно помешивая, пассеруем ее до золотистого цвета. Прибавляем изюм (его следует предварительно замочить на 30–40 минут в холодной воде, затем обсушить в салфетке), мелко нарубленные орехи, сахар и ванилин. Как следует перемешав массу, прогреваем ее на слабом огне 30 минут, остужаем и охлаждаем.

Подаем на десерт отдельно или на лепешке пуди.

Пуди: из муки, соды, соли и воды замесим крутое тесто, раскатаем пластом толщиной 1 мм, нарежем выемкой на большие круглые лепешки и обжарим их в кипящем масле.

Примечание. Пуди можно также подавать отдельно или с другими блюдами в качестве хлеба.

Состав: *200 г манной крупы;*

50 г сливочного масла;

100 г сахара;

50 г кишмиша или другого изюма без косточек;

50 г очищенных грецких орехов (можно заменить фундуком, арахисом или миндалем);

ванилин или ванильный сахар по вкусу.

Для пуди (лепешки): *225 г муки;*

1/3 ч. ложки соды;

1 щепотка соли;

3 ст. ложки воды;

растительное масло для жаренья.

Морковная халва с миндалем

Соединяем в 5-литровой кастрюле с тефлоновым покрытием натертую морковь, сливки, молоко и перец. Постоянно помешивая, доводим смесь до кипения на сильном огне. Убавляем огонь до среднего и, часто помешивая, варим 25–30 минут. Затем делаем огонь слабым и варим, пока молоко не загустеет и смесь не станет почти сухой. Добавляем сахар и половину кардамона. Непрерывно помешивая, варим еще 10–12 минут, пока смесь снова не станет почти сухой. Снимаем кастрюлю с огня.

Нагреваем масло в маленькой кастрюле на среднем огне. Всыпаем миндаль и поджариваем его до золотистого цвета, вынимаем шумовкой.

Горячее масло вливаем в кастрюлю с морковной смесью. Добавляем туда изюм, грецкие орехи, молотые специи и снова ставим на слабый огонь. Варим, пока смесь не станет отставать от стенок кастрюли. Снимаем с огня, извлекаем перец, вливаем мед и перемешиваем.

Перекладываем в сервировочную миску и посыпаем оставшимся кардамоном.

Состав: *9 морковин средней величины;*
1,5 стакана 10 %-ных сливок;
2,5 стакана цельного молока;
1/3 стакана топленого масла;
1/4 стакана миндаля кусочками;
1/4 стакана изюма;
1/4 стакана рубленых грецких орехов;
1 стакан сахарного песка;
8 горошин черного перца;
1 ч. ложка крупно размолотых семян кардамона;
по 1/4 ч. ложки молотых гвоздики, мускатного ореха и корицы;
2 ст. ложки прозрачного меда.

Монтесума-чоколатль *(мексиканская кухня)*

Шоколад растопим в кастрюльке, вольем молоко и дадим трижды закипеть (всякий раз снимая с огня).

Взобьем венчиком и подадим горячим.

Состав: *100 г шоколада;*

300 мл молока.

Банановый крем по-арабски

Сахар растворим в молоке, осторожно введем взбитые яйца. Прибавим нарезанные кружочками или кубиками бананы, кишмиш и настругданную лимонную цедру.

Варим на паровой бане до готовности. Подаем охлажденным.

Состав: *2 яйца;*
4 банана;
500 мл молока;
50 г изюма без косточек;
1 ст. ложка сахара;
цедра $^1/_2$ лимона.

Заварной кокосовый крем

Все соединяем, ставим на слабый огонь и медленно помешиваем, пока масса не загустеет, затем разливаем в чашки и варим на пару на слабом огне.

Важно, чтобы яйца не взбивались и огонь не был слишком большим, так как крем должен оставаться однородным, не должен подниматься или образовывать пузырьки.

Состав: *1 стакан густых кокосовых сливок;*

2 яйца;

$^1/_2$ стакана коричневого сахарного песка.

Бананы во фритюре

Насыпаем в миску муку и сухие дрожжи, подмешиваем теплое молоко, яйцо и подсолнечное масло, солим. Смешиваем все до густого, но легкого теста и даем ему постоять в теплом месте 1 час.

Очищенные бананы разрезаем вдоль пополам, каждую половинку разрезаем еще на 3 части (должно получиться 12 кусочков).

Во фритюрнице или глубокой сковороде раскаливаем растительное масло. Кусочки банана обмакиваем в тесто и обжариваем в масле до золотисто-коричневой корочки.

Готовые кусочки выкладываем на вощеную бумагу, чтобы стек лишний жир.

Подаем на стол сразу же, посыпав сахарной пудрой и молотой корицей.

Примечание. Точно так же можно приготовить десерт из яблок, груш или ананаса. Корицу можно заменить молотым имбирем, но не переусердствуйте, помня о его жгучем вкусе.

Состав: *2 банана;*
175 г муки;
1 яйцо;
125 мл теплого молока;
1 ч. ложка сухих дрожжей;
2 ст. ложки подсолнечного масла;
соль на кончике ножа;
сахарная пудра и молотая корица по вкусу;
растительное масло для фритюра.

Жареные бананы по-тайски

Жидкая панировка: соединяем все компоненты не взбивая. Тщательно смешаем тертый кокосовый орех и сахарный песок. Подогреем их в кастрюле, помешивая, пока смесь не станет клейкой. Затем берем 1 стакан этой смеси и тщательно перемешиваем с 1 стаканом обжаренного риса. Получившейся густой пастой обмажем бананы. При этом следим, чтобы слой был ровным и не очень толстым.

Примечание. Если вы собираетесь есть бананы сразу же, обмакните каждый из них в жидкую панировку и обжарьте в горячем масле. Если же вы готовите бананы за день или за два до употребления в пищу, то можно хранить их в холодильнике, а перед приготовлением, прежде чем обмакнуть в жидкую панировку, придется проделать с ними еще две операции: сначала обмакнуть во взбитое яйцо, затем обвалять в истолченном рисе и только после этого обмакивать в жидкую панировку и обжаривать.

Состав: *1 кг тертого кокосового ореха;*

1,5 кг коричневого сахарного песка;

4 стакана обжаренного клейкого темного риса, истолченного в ступке;

4–6 гроздей бананов;

растительное масло.

Для жидкой панировки: *по 1 стакану муки и воды;*

2 ст. ложки растительного масла;

1 ст. ложка сахарного песка;

1 ч. ложка пищевой соды.

Печеные бананы, фаршированные кокосом

Мякоть кислых плодов хорошо взбиваем вилкой до получения однородного пюре. Тщательно смешиваем с мятой, красным перцем, кокосовым орехом, гарам-масалой, солью.

Заранее включаем духовку и нагреваем до 190 °С.

Чистим бананы и маленьким острым ножом надрезаем их вдоль таким образом, чтобы с обоих концов они оставались ненадрезанными, а в средней части на $^2/_3$ длины были надрезаны. Очень осторожно и равномерно вводим подготовленную смесь в щели.

Укладываем бананы на противне в один слой, сверху посыпаем миндалем.

Распускаем на слабом огне сливочное масло. Соединяем в миске сахарный сироп, лимонный и апельсиновый сок и распущенное масло и перемешиваем до однородной смеси. Обливаем частью смеси бананы и выпекаем 20 минут, время от времени поливая еще, чтобы сохранить влажными.

Подаем бананы, оросив сиропом, либо горячими, либо комнатной температуры.

Состав: *3 ст. ложки тертого кокосового ореха;*

1 ч. ложка гарам-масалы (смесь: молотая гвоздика, кардамон, черный перец, семена кориандра, тмин, корица, мускатный орех и красный перец);

$^1/_4$ ч. ложки соли;

8 маленьких крепких спелых бананов;

3 ст. ложки тонко нарезанного миндаля;

$^1/_2$ стакана сахарного сиропа (из 125 г фруктового сахара и $^1/_3$ стакана воды);

по 1 ст. ложке апельсинового и лимонного сока;

2 ст. ложки сливочного масла;

2 ст. ложки мякоти алычи, вишни или крыжовника;

1,5 ст. ложки воды;

$^1/_2$ ч. ложки сухой мяты (или 1 ст. ложка измельченной свежей мяты);

1 щепотка молотого красного перца.

Флан «Халиско» *(мексиканская кухня)*

Смешаем сливки, молоко, соль и ваниль, доведем до кипения и проварим некоторое время на среднем огне. Сняв с огня, поставим остывать на 30 минут.

В маленькой кастрюльке расплавим до золотистого цвета 250 г сахара и быстро обольем им большую металлическую форму или 6–7 индивидуальных формочек (карамель обязательно должна хорошо покрыть дно). Поставим форму или формочки в огнеупорную посуду или глубокий противень.

Взбиваем яйца и желтки с 7 ч. ложками сахара, затем понемногу, не переставая взбивать, вводим молочную смесь. Полученную массу выливаем в форму или распределяем по формочкам, а в противень наливаем воды до половины их высоты. Помещаем противень в духовку, нагретую до 175 °С, и выпекаем 40–50 минут (середина флана должна стать плотной). Вынув флан из духовки, даем ему остыть, потом выдерживаем в холодильнике, как минимум, 2 часа.

Перед подачей на стол острым ножом аккуратно отделяем флан от стенок формы, переворачиваем ее на блюдо и слегка трясем, чтобы содержимое отделилось. Снимаем форму осторожно, следя, чтобы карамель растеклась по поверхности флана.

При подаче его можно украсить кусочками свежих фруктов.

Состав: *3 стакана жирных сливок;*
1 стакан цельного молока;
7 ч. ложек сахара;
4 крупных яйца;
2 желтка от крупных яиц;
250 г сахара;
1 щепотка соли;
$^1/_2$ ч. ложки ванили;
250 г сахара для карамели.

Бразильское шоколадное паве

Какао растворяем в половине чашки кипятка, добавляем сахар, желток и сливочное масло. Все растираем до тех пор, пока не получится светловатый крем. По желанию можно добавить немного сахара.

Бисквитные сухарики обмакиваем в ром и раскладываем на листе вощеной бумаги (выложим в форме коробочки), каждый слой при этом смажем кремом. На смазку следует использовать $^4/_5$ данного количества крема.

Торт ставим в холодильник, чтобы масса застыла. Незадолго перед подачей на стол поверхность торта или, как его называют бразильцы, паве, необходимо покрыть оставшимся кремом.

Состав: *500 г бисквитных сухариков;*
5 ст. ложек какао;
200 г сахара;
1 желток;
2 ст. ложки масла;
1 рюмка рома или вермута.

Реване *(турецкая кухня)*

Отделим желтки яиц от белков. К желткам добавим сахарный песок, теплую воду и взобьем смесь до пышной пористой массы. Прибавим отдельно взбитые белки и постепенно всыпем муку и манную крупу. Полученную массу выльем на противень, выстланный промасленной бумагой, поставим в духовку на 10–15 минут (духовку во время выпекания не открывать, иначе пирог осядет). Готовое реване охладим, нарежем квадратиками (которые разрезаем по диагонали) и зальем теплым сиропом.

Состав: *100 г муки;*
100 г сахарного песка;
100 г манной крупы;
5 яиц.
Для сиропа: *300 г воды;*
300 г сахарного песка.

Рождественский пирог из фиников с орехами *(мексиканская кухня)*

Печенье пропустим через мясорубку, смешаем с растопленным маслом и молоком. Полученной массой покроем дно и стенки круглой огнеупорной формы. Получившееся пространство заполним орехами и финиками.

В миксере взобьем яйца со сгущенным молоком и ванилью и выльем в форму. Выпекаем при 150 °С 40 минут, затем выключаем духовку и оставляем в ней пирог еще на 30 минут. Готовый пирог украшаем золотыми и серебряными сахарными шариками, разноцветными посыпками.

Такой пирог, украшенный колокольчиками и лентами цветов национального флага, считается в Мексике прекрасным подарком на Рождество.

Состав: *20 печений;*
100 г сливочного масла;
1 ст. ложка молока.
Для начинки: *1 стакан молотых грецких орехов;*
1 стакан мелко нарезанных фиников;
5 яиц;
1 банка сгущенного молока;
1 ч. ложка ванили.

Эльзасский торт

Быстро замесим тесто и поставим на 30 минут в холодильник. Масло, сахар и желтки взбиваем, добавляем миндаль, цукаты, соду, муку и все хорошо перемешиваем. В конце добавим взбитый с сахаром белок.

Тесто раскатаем, выложим в форму, приподняв края. Поверхность теста выложим начинкой. Поставим торт в духовку со средним жаром для запекания ровно на час.

Сахарную пудру разведем вишневой наливкой (можно водой) и полученный сироп выльем на еще теплый торт.

Для теста: *80 г сливочного масла;*
80 г сахара;
1 яйцо;
200 г муки;
1 чайная ложка соды.
Для начинки: *100 г сливочного масла;*
100 г сахара;
2–3 яйца;
80 г чищеного молотого миндаля;
1 ст. ложка мелко нарезанных цукатов;
60 г муки;
1 чайная ложка соды.
Для глазури: *100 г сахарной пудры;*
1 ст. ложка вишневой наливки;
1–2 ст. ложки воды.

Ананасовые тортики

Готовые или приготовленные домашним способом песочные пирожные посыпаем сухарями, сверху раскладываем нарезанные дольки предварительно обсушенного ананаса. Из сока ананасов и желатина (6 г желатина, $^1/_4$ л сока) готовим желе и поливаем им пирожные.

Состав: *8 песочных пирожных;*
3 ст. ложки панировочных сухарей;
1 банка консервированных ананасов;
6 г желатина.

Южнонемецкое сладкое блюдо из вишни

Сварим на пахте манную кашу, добавим цедру лимона, ванильный сахар и сахар по вкусу. Снимем с огня, добавим желток, а когда каша слегка остынет, и взбитый белок. Форму смажем маслом и на $^3/_4$ заполним кашей. На кашу распределим половину подготовленной вишни, на вишню снова кашу, потом снова вишню и последний слой – каша. Вишню слегка посыпем сахаром. На поверхность пудинга положим кусочки сливочного масла и поставим пудинг ненадолго в духовку.

Состав: *1 л пахты;*
170 г манки;
1 ст. ложка сливочного масла;
500 г вишни без косточек;
2 яйца;
1 пакетик ванильного сахара;
сахар по вкусу;
кусочек цедры лимона.

Баклава с орехами *(турецкая кухня)*

Замесим тесто из муки, воды, соли и лимонной кислоты, разрежем его на 10 частей. Каждую часть тонко раскатаем, на середину положим кусочек сливочного масла, сложим пласт конвертом и снова раскатаем.

На раскатанное в форме прямоугольника тесто уложим начинку из измельченных орехов с сахарным песком и пряностями, завернем рулетом и поставим в духовку на 30–40 минут.

Остывшую баклаву нарежем на порции, зальем сиропом и подадим через 4–5 часов.

Состав: *400 г муки;*
160 г воды;
200 г сливочного масла;
120 г грецких орехов (ядер);
40 г муки для подпыла;
лимонная кислота, корица, соль.
Для сиропа: *500 г сахарного песка;*
300 г воды;
2 г лимонной кислоты.

Бананы в кокосовом молоке

Помещаем кокосовое молоко и сахарную пудру в большую сковороду и держим на слабом огне, непрерывно помешивая, пока сахар полностью не растворится. Прибавив огонь, доводим до кипения и варим 5 минут.

Очищенные бананы нарезаем кусочками, кладем в кокосовое молоко и на небольшом огне прогреваем 3 минуты до мягкости. Не вынимая из молока, даем остыть.

Подаем чуть теплыми или холодными. При подаче на стол посыпаем обжаренными кокосовыми хлопьями.

Примечание. Бананы лучше выбирать немного недозрелые, чем перезрелые. Вместо кокосовых хлопьев можно посыпать готовое блюдо тертым мускатным орехом или молотой корицей.

Состав: *6 небольших бананов;*
600 мл кокосового молока;
6–7 ст. ложек сахарной пудры;
1 щепотка соли;
обжаренные кокосовые хлопья (для украшения).

Банановый воздушный пирог *(мексиканская кухня)*

Смешаем муку с содой и разрыхлителем. Масло взобьем лопаточкой и, продолжая взбивать, прибавим сахар, а потом (по одному) яйца. Понемногу вводим муку и измельченные до состояния пюре бананы. Тесто, взбитое до однородности, выкладываем в смазанную жиром и обсыпанную мукой форму и выпекаем при 175 ˚С примерно 1 час (палочка, воткнутая в пирог, должна остаться сухой).

Состав: *350 г муки;*
200 г сливочного масла;
250 г сахара;
2 яйца;
1 ч. ложка соды;
1 ч. ложка разрыхлителя для теста;
6 спелых бананов;
$^1/_2$ стакана молотых грецких орехов.

Маленький розовый торт *(турецкая кухня)*

В муке делаем углубление, вливаем в него яйцо, смешанное с теплой водой, уксусом, солью, растительным маслом, и осторожно замешиваем тесто. Месим на доске, пока не будет отставать от рук и в тесте не появятся пузыри. Слегка посыпем тесто мукой и поставим в теплое место, прикрыв перевернутой кастрюлей. Через 30 минут разделим тесто на несколько кусков и приготовим из них тонкие слои.

Из молока, крахмала, 100 г сахарного песка приготовим пудинг, остудим и добавим тертые орехи, желток и сок 1 лимона.

Каждый лист теста в отдельности смажем растопленным сливочным маслом, затем сложим их один на другой. Сверху распределим начинку. Скатаем тесто в рулет как можно уже и плотнее. Рулет нарезаем острым ножом на порции шириной 3 см, кладем их на смазанный маслом противень. Выпекаем в духовке при средней температуре 20 минут.

В это время из оставшегося сахарного песка и 1 стакана воды, пакетика ванильного сахара и нарезанного дольками лимона готовим сироп.

Еще неостывшие кусочки рулета поливаем сиропом, выкладываем на блюдо и подаем к столу.

Состав: *500 г муки;*
$^1/_2$ ч. ложки соли;
$^1/_2$ л теплой воды;
8 капель уксуса;
1 яйцо;
1 ст. ложка растительного масла.
Для начинки: *$^1/_2$ л молока;*
60 г крахмала (лучше маисового);
550 г сахарного песка;
250 г орехов;
1 желток;
1 ст. ложка растительного масла;
1 пакетик ванильного сахара;
2 лимона;
200 г сливочного масла.

Воздушные пончики *(мексиканская кухня)*

В миксере взбиваем яйца с сахаром. Не переставая взбивать, добавляем соль, сливочное масло, молоко и напоследок – понемногу муку. В большой кастрюле разогреваем масло. Небольшим половником зачерпываем немного теста, даем стечь и опускаем в масло. Через несколько секунд пончик должен сам отделиться от формы. Даем ему прожариться, вынимаем и кладем на тарелку, выстланную пергаментной бумагой, чтобы стек излишек жира.

Готовый пончик обваливаем в сахарном песке.

Так же поступаем и с остальным тестом.

Подаем пончики горячими.

Состав: *400 г муки;*
2 ст. ложки сливочного масла;
1 стакан молока;
4 яйца;
1 ст. ложка сахара;
$^1/_2$ ч. ложки соли;
500 г растительного масла для жаренья;
1 стакан мелкого сахарного песка для обсыпки.

Кокосово-ореховый торт *(мексиканская кухня)*

Вливаем в миксер масло, всыпаем сахар и, взбивая, вводим поочередно йогурт, соду, желтки, муку, разрыхлитель, ваниль, орехи и взбитые отдельно белки.

Две круглые формы смазываем сливочным маслом, обсыпаем мукой, дно покрываем пергаментом и выкладываем туда тесто. Выпекать при 175 ˚С около 45 минут (воткнутая палочка должна остаться сухой). Вынув из духовки, даем немного остыть, затем освобождаем от форм, разрезаем горизонтально и кладем слои друг на друга, промазывая кремом и посыпая орехами.

Украшаем сверху торт оставшимся кремом и обсыпаем орехами.

Приготовление крема. Растереть вместе творог, сливочное масло, сахар и ваниль, взбить до пышности.

Для коржей: *2 стакана муки;*
1 стакан растительного масла;
250 мл йогурта;
5 яиц;
2 горсти кокосовой стружки;
1 стакан рубленых грецких орехов;
500 г сахара;
1 ч. ложка ванили;
1 ч. ложка соды;
1 ч. ложка разрыхлителя для теста.
Для крема: *200 г свежего творога;*
100 г сливочного масла;
300 г мелкого сахарного песка;
1 ч. ложка ванили.
Для посыпки: *1 горсть кокосовой стружки;*
$^1/_2$ стакана толченых грецких орехов.

Сливочное полено с кокосом

Соединим в миске мед с маслом, финиками, сухим молоком и месим до тех пор, пока не получится мягкое, нелипкое тесто (при необходимости добавим еще молочного порошка или воды). Вымыв и насухо вытерев руки, скатаем тесто в полено длиной 50 см. Положим тертый кокос на большой лист вощеной бумаги, сбрызнем ароматной эссенцией и тщательно перемешаем. Разделим полено пополам и хорошо обкатаем обе половины в тертом кокосе.

Разрежем каждое полено на 10 частей, охладим до комнатной температуры и подадим к столу.

Эти сладости хранятся охлажденными в герметичной упаковке до 7 дней.

Состав: *$^1/_2$ стакана меда;*
$^1/_2$ стакана сливочного масла;
$^1/_2$ стакана мелко нарубленных фиников;
$^2/_3$ стакана сухого молока;
1,5 стакана тертого кокосового ореха;
несколько капель ароматной эссенции.

Турецкое печенье

Хорошо взбиваем размягченное сливочное масло, добавляем сахарный песок и просеянную муку. Замешиваем тесто и раскатываем толщиной 1 см. Вырезаем из пласта разные фигурки (звезды, полумесяцы, ромбы). На каждое печенье положим миндаль. Выпекаем 10–15 минут до золотистого цвета.

Состав: *150 г сливочного масла;*
1 стакан сахарного песка;
2 стакана муки;
70 г очищенного миндаля.

Мексиканское ореховое печенье

Смешиваем первые 4 ингредиента. Хорошо вымесив тесто, формируем из него небольшие шарики, обваливаем их в толченых орехах и выпекаем 15 минут в духовке, нагретой до 175 ˚С.

Готовое печенье посыпаем сахарным песком.

Состав: *500 г муки;*
300 г сливочного масла;
150 г сахара;
100 г молотого и 200 г толченого грецкого ореха;
1 стакан мелкого сахарного песка для обсыпки.

Печенье из кукурузной муки *(мексиканская кухня)*

Желтки с сахаром хорошо взбиваем. Продолжая взбивать, понемногу прибавляем размягченное масло, потом молоко, а напоследок – кукурузную и пшеничную муку и разрыхлитель. Полученную массу помещаем в кондитерский пакет с фигурной насадкой и выдавливаем небольшими порциями на смазанный маслом и обсыпанный мукой противень. Даем расстояться 30 минут и выпекаем при 175 ˚С. Сняв с противня, раскладываем печенье на большом блюде и в центр каждого печенья размещаем немного джема или кусочек мармелада.

Состав: *750 г просеянной кукурузной муки;*
2 ст. ложки пшеничной муки;
1 ч. ложка разрыхлителя для теста;
300 г сливочного масла;
7 яичных желтков;
300 г сахара;
$^1/_2$ стакана молока.
Для украшения: *1 стакан густого джема (мармелада).*

Манговые пирожные

Желтки растираем с сахарным песком до пышной светло-желтой пены. Добавляем муку, тщательно перемешиваем. Помешивая, вливаем кипящее молоко. Переливаем смесь в кастрюлю, где кипятилось молоко, и варим, помешивая, до загустения. Затем снимаем с огня и даем крему остыть, а потом подмешиваем к нему кокосовый ликер.

Манго чистим от кожуры, удаляем косточку, мякоть нарезаем тонкими ломтиками.

Каждый лист теста промазываем 2 ст. ложками крема, посередине кладем ломтики манго. Загибаем боковые стороны квадрата так, чтобы они закрыли начинку, потом загибаем так же верхнюю и нижнюю стороны.

Киви чистим от кожуры, вырезаем белую серединку. Мякоть измельчаем в миксере вместе с сахарной пудрой и 4 ст. ложками воды. Пюре ставим в холодильник.

Разогреваем в сковороде сливочное масло и обжариваем пирожные с обеих сторон до золотистого цвета (около 3 минут).

Готовые пирожные раскладываем по тарелкам, украшаем листочками мяты и подаем с пюре из киви и малины. Отдельно можно подать взбитые сливки, сметану или натуральный йогурт.

Примечание. Точно так же можно приготовить пирожные из бананов, ананаса или персиков. Вместо пюре из киви можно использовать персиковое. Однако в любом случае начинка из крема необходима, т. к. она не дает тесту пересыхать.

Состав: *1 спелое манго;*
3 киви;
4 ст. ложки свежеприготовленного пюре из малины;
4 листа готового слоеного теста;
225 мл молока;
1 ст. ложка сливочного масла;
2 яичных желтка;
2,5 ст. ложки сахарного песка;
2 ст. ложки сахарной пудры;
1,5 ст. ложки просеянной муки;
1 ст. ложка кокосового ликера;
несколько листочков свежей мяты (для украшения).

Чамбергос *(мексиканская кухня)*

Смешиваем все ингредиенты, тесто хорошо вымешиваем, разделяем на небольшие шарики, помещаем их в смазанные маслом формочки и выпекаем при 200 °С до золотистого цвета. Вынимаем из формочек остывшими.

Из 4 ст. ложек сахара с водой готовим сироп. Белки взбиваем в крепкую пену и, не переставая взбивать, понемногу добавляем остывший сироп. Продолжая взбивать, вводим муку и напоследок лимонный сок. Оставшиеся 2 ст. ложки сахара помещаем в пластиковый пакетик, прибавляем 1 каплю какого-либо пищевого красителя, закрываем пакет и встряхиваем несколько раз, чтобы сахар окрасился.

Каждый шарик покрываем глазурью, обсыпаем окрашенным сахаром и даем немного подсохнуть.

Чамбергос можно приготовить за сутки до подачи на стол, но тогда следует хранить их в герметически закрывающейся таре.

Состав: *500 г муки;*
125 г сахара;
250 г сливочного масла;
4 яичных желтка.
Для украшения: *3 яичных белка;*
1 ст. ложка муки;
6 ст. ложек сахара;
сок половины лимона;
1 ст. ложка воды.

Пикантные кексы *(мексиканская кухня)*

Сладкий и острый перец разрезаем вдоль и, удалив сердцевину с семенами, нарезаем стручки очень мелкими кубиками.

Муку просеиваем, смешиваем с кукурузным крахмалом, разрыхлителем, солью, содой, порошком чили и нарезанным перцем.

В большой широкой миске взбиваем яйцо. Перемешивая, понемногу вливаем растительное масло и йогурт, кладем отцеженную кукурузу. Затем также понемногу, все время помешивая, прибавляем мучную смесь.

Углубления на противне для выпечки кексов смазываем жиром. Наполняем их тестом и ставим противень в середину духовки, нагретой до 180 °С. Выпекаем 20–25 минут. Вынув из духовки, оставляем кексы на противне еще на 5 минут, затем освобождаем от формочек и подаем на стол.

Состав: *130 г муки;*
120 г кукурузного крахмала;
1 банка консервированной кукурузы;
40 г сыра пармезан;
100 г эммментальского сыра;
2 яйца;
$^1/_2$ стакана кукурузного масла;
375 мл йогурта;
1 стручок сладкого зеленого перца;
1 стручок красного острого перца пепероне;
1 ч. ложка перца чили в порошке;
2 ч. ложки разрыхлителя для теста;
$^1/_2$ ч. ложки соды;
1,5 ч. ложки соли.

Капиротаца *(мексиканская кухня)*

Ломтики хлеба обжариваем в масле. Помидоры варим, мелем в миксере вместе с луком и тушим в кастрюле с небольшим количеством масла. Прибавляем воду, сахар, корицу, гвоздику и перец, доводим до кипения и варим 7 минут (соус должен получиться не слишком жидким), после чего снимаем с огня и вынимаем корицу, гвоздику и перец.

На дно смазанной маслом огнеупорной формы укладываем слой поджаренного хлеба, затем слой изюма, орехов и миндаля. Поливаем соусом, посыпаем тертым сыром. Проделываем то же самое с оставшимися продуктами. Запекаем в духовке 35 минут при 150 °C. Очищенные от косточек черешни нарезаем и украшаем блюдо.

Состав: *20–30 (в зависимости от размера) ломтиков белого хлеба;*

250 г сливочного масла;

2 больших помидора;

1/4 луковицы;

1 кг коричневого (неочищенного) тростникового сахара;

3 кусочка коры корицы;

1 гвоздичка;

4 горошины черного перца;

400 г сыра (белого или гауда);

100 г изюма;

100 г рубленых грецких орехов;

100 г очищенного нарезанного миндаля;

1 щепотка соли;

3 стакана воды.

Для украшения: *5 белых и 5 красных черешен.*

Фой тонг – «Золотые нити»

Берем пластиковый стаканчик и в его дне прокалываем 3–4 дырочки.

Желтки взбиваем и ставим в холодильник.

Воду с сахаром нагреваем в кастрюле, пока он не растворится, затем доводим до кипения и сразу убавляем огонь (а еще лучше – снимаем с огня, процеживаем сироп и снова ставим на плиту).

Держа стаканчик над кастрюлей, вливаем в него примерно $^1/_3$ приготовленных желтков. Они начнут выливаться через дырочки в кипящий сироп. При этом нужно делать рукой быстрые вращательные движения, чтобы нити получались непрерывными (а можно сделать «золотую сеть»).

Как только желток затвердеет, следует тут же вынуть нити из сиропа при помощи шумовки, вязальной спицы или палочек для еды.

Прежде чем повторить процесс, желательно прибавить в сироп немного кипящей воды, поскольку в загустевшем от нагревания сиропе нити могут получиться неправильной формы.

Выложив нити на блюдо, их нужно расправить палочкой или вилкой.

Фой тонг – традиционный тайский десерт. Его можно подавать отдельно (скажем, к кофе) на порционных тарелочках или большом блюде, а можно использовать «золотые нити» или «золотую сетку» для украшения сладкого риса и других десертных блюд.

Примечание. Фой тонг следует готовить за день до подачи на стол. Если использовать только куриные желтки, нити не будут прочными и ровными. Тайские повара рекомендуют оставлять приготовленный фой тонг на ночь в посуде с цветами жасмина. Однако рано утром цветки следует убрать, иначе запах будет слишком резким.

Состав: *6 яичных желтков (лучше 3 куриных и 3 утиных);*
275 г сахара;
300 мл воды.